

UNIVERSIDAD PABLO DE OLAVIDE

DEPARTAMENTO DE DEPORTE E INFORMÁTICA

UNIVERSIDAD JUÁREZ DEL ESTADO DE DURANGO

ESCUELA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE



**ESTILO CONTROLADOR DEL ENTRENADOR, FRUSTRACIÓN DE
LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS Y AFECTOR
NEGATIVOS EN DEPORTISTAS MEXICANOS.**

TESIS

PARA OBTENER EL GRADO DE

DOCTOR EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Que presenta

Hilda Bertha Aguirre Gurrola

Directores de Tesis

Dr. José Leandro Tristán Rodríguez

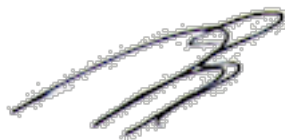
Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera

Mayo 2016

Presentada por

MC Hilda Bertha Aguirre Gurrola

El presente trabajo fue realizado en la Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León, bajo la dirección del Dr. José Leandro Tristán Rodríguez y el Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera como requisito para optar al grado de Doctor en Ciencias de la Actividad Física y Deporte, en el programa interinstitucional.



Dr. José Leandro Tristán Rodríguez
Universidad Autónoma de Nuevo León
DIRECTOR



Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera
Universidad Autónoma de Nuevo León
DIRECTOR

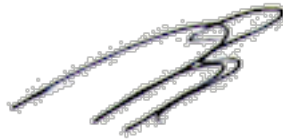
INFORME DE LOS DIRECTORES DE TESIS

Dr. José Tristán Rodríguez y el Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera, profesores de tiempo completo de la Facultad de Organización Deportiva de la Universidad Autónoma de Nuevo León (México).

AUTORIZAN

La presentación de la Tesis Doctoral titulada “*Estilo controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas y afectos negativos en deportistas mexicanos*”, realizada por Dña. Hilda Bertha Aguirre Gurrola, bajo nuestra inmediata dirección y supervisión, y que presenta para la obtención del grado de Doctor por la Universidad de Pablo de Olavide de Sevilla, en el Departamento Informática y Deporte.

En Sevilla, a 15 de mayo de dos mil diez y seis



Dr. José Leandro Tristán Rodríguez
Universidad Autónoma de Nuevo León
DIRECTOR



Dr. Jorge Isabel Zamarripa Rivera
Universidad Autónoma de Nuevo León
DIRECTOR

AGRADECIMIENTOS

Siempre que se lleva a cabo un proyecto o una investigación que requiera una ardua labor, las personas tendemos a valorar solamente a quien lo desarrolla, sin tener en cuenta que tales tareas son difíciles de llevar al éxito sin la ayuda y colaboración de muchas otras personas. Para ello deseo expresar mi más sincero agradecimiento a todas aquellas personas e instituciones que hicieron posible este trabajo llegue a buen término.

Mi agradecimiento más profundo al Dr. Jorge I. Zamarripa Rivera, por haberme tendido la mano en el momento en el que más perdida y desanimada me encontraba, ofreciéndome la posibilidad de trabajar y lograr la meta, me siento en deuda por todo lo que recibí desde aquel primer día en que lo conocí, por la confianza que deposito en mí, gracias Dr. Zamarripa.

De igual manera un agradecimiento al Dr. José Tristán Rodríguez, quien puso la mirada en mí, el hizo que la bombilla se encendiera en mi cabeza, la posibilidad de indagar sobre este tema. Su calidez, su confianza y los ánimos constantes que me ofreció, así como sus palabras para que buscara mis propias preguntas y encontrara mis propias respuestas. Que me permitieron elevar mi nivel de competencia en esta tarea, sin él esto no hubiera sido posible, gracias por su generosidad, confianza y apoyo incondicional.

También quiero expresar mi gratitud a una gran persona, que las pocas conversaciones que tuve con él pero siempre con la disposición de apoyarme incondicionalmente. Al Dr. Francisco Ruiz Juan por su ayuda y gestión en todos los requerimientos.

También quiero expresar mi infinita gratitud a las personas que han soportado mis cambios de humor durante la realización de mi tesis. Sin ellas no hubiera alcanzado una sola de mis metas, me refiero a mi familia. A mi madre que es el ser más maravilloso de todo el mundo, por todo su amor incondicional, su apoyo y sus oraciones que me ha brindado, mis hermanas, que desde pequeñas siempre me apoyaron en todas mis decisiones buenas o malas dando ánimos para lograr la meta, a todos mis familiares que directa o indirectamente han tenido a bien ayudarme en forma moral para mi formación como ser humano y profesional.

De manera muy especial sin dejar pasar por alto a mi gran e incondicional amiga Alma Herrera Villanueva gracias por tu paciencia y tú principal mérito haberme escuchado y hacer pequeños mis “grandes” preocupaciones, nunca dejaste de darme ese empujoncito a continuar y siempre estuviese en esos momentos difíciles, pero que hoy comparto contigo este triunfo.

A la Facultad de Organización Deportiva, al Director Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola, a la Subdirectora de Posgrado Dra. Jeanette M. López Walle, a la MC. Abril Cantú Berrueto por su tiempo para escuchar y brindarme su apoyo incondicional, este trabajo no habría sido posible sin la colaboración de todas estas personas a lo largo de este proceso.

Al término de esta etapa de mi vida, quiero expresar un profundo agradecimiento a Dios que a través de todas esas personas que puso en mi camino durante mi estancia en esta etapa de mi vida que me alentaron a lograr y superar cada momento de situaciones adversas, y aquellas que olvide mencionar gracias por su ayuda, apoyo y comprensión.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO 1.....	5
Marco Teórico	5
Teoría de la autodeterminación	9
Teoría de la evaluación cognitiva (TEC)	14
Teoría de la integración orgánica (TIO).....	21
Teoría de orientación de causalidad (TOC).....	26
Teoría de la necesidades básicas (TNB)	28
Teoría de los contenidos de meta (TCM)	31
Teoría de la motivación en las relaciones (TMR)	31
Motivación intrínseca	32
Motivación extrínseca.....	34
No motivación	35
Estilo interpersonal del entrenador y sus implicaciones sobre las necesidades básicas de los atletas.....	36
La frustración de las necesidades psicológicas básicas y el malestar.....	47
Desarrollo del malestar en el deporte a través de los contextos que frustran las necesidades psicológicas básicas	50
CAPÍTULO II	55
METODOLOGÍA.....	55
Objetivo general	55
Objetivo específico	55
Hipótesis.....	56
Selección de los sujetos de muestra	58
Recopilación de la Información	59
Definición de las variables.....	60
Descriptivos y fiabilidad de las escalas	60
Escala de conductas controladoras del entrenador (CCBS)	61
Escala de frustración de las necesidades psicológicas básicas (FR-N).....	64
Escala de afectos positivos y negativos (PANAS).	67
Análisis de datos	69

CAPÍTULO III.....	71
Resultados.....	71
Resultados descriptivos e inferencial de las variables sociodemográficas	72
Análisis de la mediación	77
CAPÍTULO IV.....	83
Discusión y conclusiones.....	83
Perspectivas futuras del estudio	92
CAPÍTULO V	95
Referencias bibliográficas.....	95

INTRODUCCIÓN

El consenso general es que la participación en el deporte de competición conducirá a resultados positivos como el aumento del desarrollo psicosocial y salud física (Fraser-Thomas, Coté y Deaken, 2005).

Sin embargo, para muchos jóvenes deportistas, las exigencias físicas y mentales extremas a menudo recaen sobre ellos lo que puede conducir a daños en la autoestima y trastornos afectivos como la ansiedad y la depresión (Fraser-Thomas y Coté, 2009; Krane, Greenleaf y Snow, 1997).

Los investigadores han comenzado a obtener los mecanismos que relacionan las variaciones en el entorno percibido por entrenador, los índices de bienestar y malestar entre los participantes en el dominio del deporte. La teoría de las necesidades básicas (TNB) asume que la satisfacción de las tres necesidades psicológicas básicas a través de las interacciones con el entorno social pueden promover el funcionamiento óptimo (Deci y Vansteenkiste, 2004). En contraste, con la frustración de una o todas estas necesidades por el entorno social percibido, se postula que deterioran el bienestar y pueden llevar a la disminución de la salud (Ryan y Deci, 2000b, 2002). En resumen, la TNB considera las tres necesidades psicológicas para medir las relaciones entre las facetas del entorno social percibido, bienestar y malestar (Deci y Ryan, 2000). La TNB también considera el impacto potencial del estilo interpersonal de control en la disminución de la satisfacción o incluso

frustración de las necesidades que da como resultado el malestar (Ryan y Deci, 2000a).

La proposición de que los comportamientos del entrenador pueden influir en el estado de salud como el grado de bienestar y malestar, así como en el potencial del rendimiento de los deportistas está bien corroborada en la literatura (Amorose, 2007; Duda, 2001; Duda y Balaguer, 2007; Ntoumanis y Biddle, 1999; Pelletier, Fortier, Vallerand y Brière, 2001; Ryan y Deci, 2007). Estudios anteriores han indicado que la calidad de la participación en el deporte y el grado de bienestar y malestar que experimentan los atletas puede depender de la medida en que la participación deportiva fomenta las necesidades individuales de autonomía, competencia y relación (Gagne y Blanchard, 2007).

Los investigadores en el deporte recientemente han centrado su atención en examinar la frustración de las necesidades. Se cree que la frustración de las necesidades psicológicas conducen a consecuencias negativas tales como menor calidad, la motivación más controlada y el malestar (Deci y Ryan, 2000). Esto se debe a que las actividades orgánicas naturales del individuo se inhiben (Ryan, 1995). Como recientemente lo describió Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani (2011), quienes señalan que la frustración de las necesidades psicológicas implica más que la percepción de niveles más bajos de satisfacción de las necesidades.

Con el fin de presentar el contenido del modo más claro posible se ha dividido el trabajo en 5 capítulos:

En el *Capítulo I*, se exponen los principales conceptos referentes a los afectos negativos, la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985b) y al estilo interpersonal de control del entrenador. Es objeto de este capítulo definir los afectos negativos del atleta en intento de facilitar la comprensión de las variables estudiadas en este trabajo, de modo que se pueda interpretar los resultados obtenidos.

Se exponen los resultados de otras investigaciones relacionadas con el estilo interpersonal del entrenador en el contexto deportivo, a fin de compararlos con los obtenidos en el presente trabajo.

En el *Capítulo II* se presentan los objetivos e hipótesis de partida para la posterior realización del presente trabajo.

En el *Capítulo III* se muestra el diseño metodológico de la investigación, detallando las características de la muestra, el procedimiento empleado para la recogida de los datos, y las características del instrumental utilizado para ello.

En el *Capítulo IV* se ha desarrollado una discusión de los datos, algunas perspectivas de investigaciones futuras en función de los resultados obtenidos y se muestran las conclusiones que se desprenden de los mismos.

Capítulo V Finalmente se presentan las referencias bibliográficas y los anexos en los que se muestran los instrumentos utilizados para la recogida de los datos.

CAPÍTULO 1

Marco Teórico

1. Afectos negativos

Durante la última década, se cree que el aumento de las cargas de entrenamiento de los atletas de élite ha dado lugar a una incidencia cada vez mayor de las respuesta desadaptativas de formación (e.g., Gould, 1996; Raglin y Wilson, 2000).

Rosenberg (1998) afirma que el *afecto* es un término que se refiere a todo aquello emocional, es decir, pueden ser varias formas específicas de afecto como los sentimientos, preferencias, emociones, humor y rasgos afectivos.

Tradicionalmente, la variación en el afecto, se ha operacionalizado como estado de ánimo y la medida con el perfil de estados de ánimo (McNair, Lorr y Droppleman, 1992), se ha utilizado como un marcador psicológico de adaptación al entrenamiento en el deporte.

La gran mayoría de los estudios sobre la estructura del afecto concuerda en que el afecto está conformado por dos dimensiones o factores dominantes conocidos como *afectos positivos* y *afectos negativos*. El *afecto positivo* (AP) representa la dimensión de emocionalidad positiva, energía, afiliación y dominio de un individuo. Las personas de AP experimentan con facilidad sentimientos de satisfacción, gusto, entusiasmo, energía, amistad, unión, afirmación y confianza.

Por su parte, el *afecto negativo* (AN) se refiere a la dimensión de la sensibilidad temporalmente de un individuo ante estímulos negativos. La presencia de un alto

índice de afectos negativos se ha relacionado con: a) experiencia de emociones negativas como miedo o ansiedad, tristeza o depresión, culpa, hostilidad e insatisfacción, b) actitudes negativas y pesimismo, c) problemas o quejas somáticas y d) insatisfacción y apreciación negativa de uno mismo y de los demás.

Aunque los términos afectos “positivos y negativos” pueden sugerir que ambos factores son opuestos (es decir, que son extremos de una misma dimensión). Estas dos dimensiones de la estructura afectiva pueden ser conceptuadas bien como estados afectivos o bien como disposiciones personales de la emocionalidad más o menos estable (Sandín, Chorot, Lostao, Joiner, Santed y Valiente, 1999).

Los estudios realizados por Watson y Clark (1984), señalan que el síndrome de fatiga crónica está relacionado con una reducción marcada en experiencias emocionales positivas. El afecto negativo refleja un estado emocional que se describe en los niveles altos como una variedad de estados de ánimo que incluyen la ira, la culpa, el temor y el nerviosismo, mientras que el bajo afecto negativo es un estado de calma y serenidad (Watson, Clark y Tellegen 1988).

Estos estados afectivos reflejan dimensiones disposicionales (Zajonc, 1980) que están ligados a una valoración positiva o negativa de los fenómenos que se experimentan, afectando los estados de activación del organismo y los sistemas de respuesta de las personas (Watson, Wiese, Vaidya y Tellegen, 1999; Gross y Thompson, 2007; Crawford y Henry, 2004). Así, las personas pueden distinguir entre aquello que les causa placer o malestar (Crawford y Henry, 2004).

Por lo anterior, es importante entender cómo los factores socio-contextuales conforman las experiencias positivas y negativas de los atletas en los entornos deportivos (Smoll y Smith, 2002), la influencia que pueden tener dichos factores en el proceso psicológico desarrollado por los jóvenes deportistas (Martin-Albo, Núñez y Navarro, 2003; Torregrosa, Cruz, Sousa, Vildarich, Villamarin, Garcia-Mas y Palou, 2007), y la relevancia que estas variables pueden tener en la implicación de los jugadores adolescentes.

La literatura sugiere que existe una serie de factores sociales presentes en el contexto deportivo que puede tener un impacto en la motivación de los atletas (Vallerand y Losier, 1999). Quizás uno de los más importantes es la influencia del entrenador (e.g., Horn, 2002; Amorose y Anderson-Butcher, 2007).

Estudios recientes (e.g., Amorose, 2007; Chelladurai, 2007; Duda y Balaguer, 2007; Horn, 2008; Riemer, 2007) han proporcionado un fuerte apoyo del vínculo entre el comportamiento de los entrenadores y los resultados positivos entre los atletas, específicamente del estilo de liderazgo o tipo de comportamiento exhibido por los entrenadores para facilitar o disminuir el crecimiento psicosocial y el desarrollo de sus atletas.

En relación al liderazgo, éste ha sido definido como el proceso de influir en la conducta de los individuos y grupos hacia objetivos establecidos (Barrow, 1977). En un equipo deportivo, el responsable de llevar a cabo este proceso es el entrenador, el cual sirve como instrumento para incrementar el estado motivacional del grupo

(House, 1971) y a su vez, el estado motivacional representa la base final del rendimiento efectivo.

Los estudios sobre el liderazgo se han centrado en medir el impacto que tiene la personalidad o el estilo de decisión autocrático versus democrático del entrenador sobre diferentes resultados como la motivación, emoción, disfrute y satisfacción (Chelladurai y Saleh, 1980; Chelladurai y Reimer, 1998). El estilo autocrático es aquel que permite a los atletas participar en decisiones importantes del entrenamiento relacionado con los objetivos del grupo, practicar métodos, tácticas y estrategias de juego. Por su parte el comportamiento autocrático se refiere a la toma de decisión autoritaria e independiente del entrenador.

Los contextos sociales presentes en los programas deportivos, y en particular, el comportamiento y el estilo interpersonal del entrenador, pueden jugar un importante papel en la conformación de los posibles afectos psicológicos, emocionales y físicos (positivos y negativos) de la participación en el deporte (Duda, 2001; Smoll y Smith, 2002; Mageau y Vallerand, 2003; Amorose, 2007).

Uno de los enfoques teóricos más prometedores para comprender el impacto que tiene la personalidad del entrenador sobre las experiencias de los deportistas es la teoría de la autodeterminación. Esta teoría sugiere que el comportamiento y la calidad del estilo motivador del líder, por ejemplo, el entrenador, puede ser visto desde dos estilos interpersonales en un continuum bipolar que oscila desde un alto apoyo a la autonomía a un apoyo altamente controlador (Deci, Schwartz, Sheinman y Ryan, 1981).

Teoría de la autodeterminación

La teoría de la de la autodeterminación (TAD) (Self-Determination Theory [STD]; Deci y Ryan, 1985b) es una macro-teoría de la motivación que tiene relación con el desarrollo y funcionamiento de la personalidad dentro de los contextos sociales. La teoría analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o autodeterminadas, es decir, el grado en que las personas efectúan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección. La TAD supone que todos los individuos tienen tendencias constructivas para desarrollarse, algunas veces con sentido más elaborado y la unificación del yo o de sí mismo (Deci y Ryan, 2002).

El ámbito de investigación de la TAD son las tendencias inherentes del crecimiento de las personas y de las necesidades psicológicas innatas que son la base de su auto-motivación y de la integración de la personalidad, así como de las condiciones en que se anidan estos procesos positivos.

La TAD que postula que las personas tienden a buscar el crecimiento psicológico y el desarrollo de manera innata esforzándose en superar desafíos a la vez que recolectan experiencias de acuerdo a sus intereses, pero esta tendencia humana no se realiza de manera automática, si no que requiere de los estímulos que el entorno ofrece ya que el contexto social puede actuar en ellos como un impulsor o una limitante en el compromiso o el crecimiento psicológico (Deci y Ryan, 1985b).

Los ambientes que apoyan contra los que frustran el funcionamiento saludable han sido numerosos en la literatura del desarrollo social y de la personalidad. Estas

descripciones dentro de la TAD son organizadas en torno al concepto de necesidades básicas o fundamentales. Estas necesidades básicas se exponen como esenciales para integrar una variedad de fenómenos empíricamente revelados (Deci y Ryan, 2002).

El punto central de la teoría de la autodeterminación (Deci y Vansteenkiste, 2004) es el postulado de que la gente tiene tres necesidades inherentes, las necesidades de *competencia*, *relación* y la *autonomía*. Estas necesidades dentro de la TAD, se definen como necesidades universales. En otras palabras constituyen los nutrientes necesarios para la proactividad, el desarrollo óptimo y la salud psicológica de todas las personas. Por lo tanto, estas necesidades no se aprenden sino que son aspectos inherentes a la naturaleza humana y por lo tanto funcionan a través del género, de la cultura y el tiempo (e.g., Chirkov, Kim, Ryan y Kaplan, 2003) promoviendo el funcionamiento óptimo y evitar disminuirlo.

La naturaleza de las necesidades. Entre las propiedades fundamentales que separan al motivado del desmotivado es la dependencia del motivado sobre sus necesidades. Los seres humanos participan en intercambios continuos, por lo que sus necesidades deben satisfacerse constantemente para que les permitan conservar, mantener y mejorar su funcionamiento. (Deci y Ryan, 2002).

El concepto de *necesidades* en el campo de la biología no es tan polémico, se ha verificado empíricamente que existen ciertos requerimientos específicos como los nutrientes, para que los organismos subsistan y prosperen. El concepto de necesidades es importante, ya que proporciona criterio para especificar lo que es esencial para la vida. Por otro lado, ha recibido menos atención y aceptación en

cuanto a la condición de soportes psicológicos esenciales que los fisiológicos esenciales. No obstante, la TAD mantiene que existen condiciones necesarias para el crecimiento y el bienestar de la personalidad y sus estructuras cognoscitivas, al igual que para su desarrollo y funcionamiento físico. Estos nutrientes se refieren dentro de la TAD, como *necesidades psicológicas básicas*. Como lo define la TAD, las necesidades básicas son universales, es decir, representan exigencias innatas motivos adquiridos y como tal se espera que éstas sean evidentes en todas las culturas y en todas las etapas del desarrollo (Deci y Ryan, 2002).

Las investigaciones indican que cada una de ellas juega un papel importante para el desarrollo y la experiencia óptima, así como para el bienestar en la vida diaria (Ryan y Deci, 2000b), de manera que ninguna puede ser frustrada sin consecuencias negativas, por lo que resulta necesaria la satisfacción de las tres necesidades.

En los seres humanos, el concepto de necesidades psicológicas expone que si una persona es consciente de una necesidad como un fin objetivo, la mente humana saludable se esforzará para satisfacer esta necesidad y en medida de lo posible, se moverá hacia la situación que le proporcionen satisfacción (Deci y Ryan, 2002).

El contexto social que facilitan la satisfacción de estas tres necesidades psicológicas básicas apoyará la actividad inherente de las personas, promover la motivación más óptima y producir los resultados más positivos psicológico, de desarrollo y de conducta (Deci y Ryan, 2000).

La necesidad de *competencia* se refiere a la sensación de ser eficaz en constantes interacciones con el entorno social y las oportunidades que experimentan

para ejercer y expresar las capacidades de cada uno (Deci, 1975; Hartes, 1983; White, 1959). La necesidad de competencia lleva a la gente a buscar desafíos que son óptimos para sus capacidades e intentar continuamente mantener y mejorar las habilidades y capacidades a través de la actividad. La competencia no es, pues, una habilidad o capacidad adquirida, más bien es una sensación percibida de confianza y eficacia en la acción.

La *relación* se refiere a sentirse conectado con los demás, a cuidar y ser cuidado por los demás, a tener un sentido de pertenencia, tanto con otros individuos y con la propia comunidad (Baumeister y Leary, 1995; Bowlby, 1979; Harlow, 1958; Ryan, 1995). La relación refleja el aspecto homonomous (homónimo) de la tendencia integradora de la vida, la tendencia a conectarse y ser integral y aceptado por los demás. La necesidad de sentirse a sí mismo en relación con otros no por la consecución de un determinado resultado (e.g., relaciones sexuales) o con un estado formal, (convertirse en un cónyuge o un miembro del grupo) sino que se refiere al sentido psicológico de estar con los otros, en una relación estable o en armonía.

La necesidad de *autonomía* se refiere a ser el origen percibido o la fuente de nuestro propio comportamiento (DeCharms, 1968; Deci y Ryan, 1985b; Ryan y Connell, 1989). Cuando los individuos experimentan autonomía su comportamiento es una expresión de sí mismos, de tal manera que, incluso cuando las acciones se ven influidas por fuentes externas, el individuo coincide con esas influencias, sintiendo ambos la iniciativa y el valor con respecto a ellos.

Se cree que estas tres necesidades psicológicas innatas son razonablemente exhaustivas y ayudan a explicar una cantidad sustancial de la varianza en el comportamiento humano y la experiencia (e.g., Connell, 1990; Deci y Ryan, 1985b; Ryan y Lynch, 1989).

En las últimas tres décadas la TAD se ha desarrollado a través de seis mini teorías cada una de ellas se relaciona con fenómenos específicos. La *teoría de la evaluación cognitiva* (Deci y Ryan, 1985b), tiene como objetivo especificar los factores que explican la variabilidad de la motivación intrínseca. La *teoría de la integración orgánica* (Deci y Ryan, 2000), pretende detallar las formas de motivación extrínseca y los factores contextuales que promueven o impiden la internalización e integración de éstas en la regulación de la conducta. La *teoría de las necesidades básicas* (Deci y Ryan, 2002), aborda el impacto de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, de competencia y de relación, en el funcionamiento general de la persona y su desarrollo saludable. La *teoría de la orientación de causalidad* (Deci y Ryan, 1985a), que conceptualiza las orientaciones de causalidad como aspectos relativamente duraderos de las personas, que caracterizan el origen de la regulación y el grado de libre determinación de su conducta. La *Teoría de los contenidos de meta* (Self-Determination Theory, 2014) surge de las diferencias entre los objetivos intrínsecos y extrínsecos. Y por último la *Teoría de la motivación en las relaciones* (Deci y Ryan, 2014) desarrollo y mantenimiento de las relaciones. Cuando las teorías se coordinan, cubren todos los tipos de comportamiento humano en todos los dominios, juntas así constituyen la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2002). A continuación se describe cada una de las mini teorías.

Teoría de la evaluación cognitiva (TEC)

La *teoría de la evaluación cognitiva* (TEC; *cognitive evaluation theory* [CET]) fue presentada por Deci y Ryan (1985a) como una sub-teoría dentro de la TAD, que explica cómo influyen los factores externos a la motivación intrínseca para aumentarla o disminuirla. Esta teoría argumenta que los contextos sociales que conducen a sentimientos de competencia durante la acción pueden desarrollar la motivación intrínseca. Así, los desafíos óptimos, el feedback que promueva la eficacia y la libertad, ayudarán a lograr la motivación intrínseca (Ryan y Deci, 2000a).

La TEC expone los efectos de los acontecimientos externos sobre la motivación intrínseca y cómo el uso de recompensas extrínsecas disminuyen este tipo de motivación, por lo que también explica la forma en que las personas se relacionan con las recompensas externas (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985b; Ryan 1982). Según Deci y sus colaboradores, el deportista tiene la necesidad de sentirse competente en la actividad que realiza, así que, cuando no existe esa percepción la motivación intrínseca disminuye y es más probable que se produzca el desánimo, la apatía o incluso, el abandono de la práctica deportiva (Deci y Ryan, 1985b).

Esta mini teoría, amplió el análisis del concepto propuesto por DeCharms (1968) acerca de la percepción de locus de causalidad, en el cual describe que las personas que perciben el lugar de inicio y la regulación de su conducta como algo heterónomo poseen un locus de causalidad externo; mientras que aquellos que perciben el origen de su conducta está dentro de sí mismo tienen un locus de causalidad interno. La TAD comparte parcialmente esta perspectiva, en el que las

acciones intrínsecamente motivadas implican una percepción de locus de causalidad interno y que la motivación intrínseca será reducida cuando los factores dirijan a una percepción del locus de causalidad externa, sin embargo, la visión de la TAD respecto a la motivación extrínseca es muy diferente tal y como se describirá más adelante en la teoría de la integración orgánica.

En este sentido las investigaciones revelan que los premios tangibles o recompensas, así como las amenazas, las fechas límites, las evaluaciones bajo presión y las metas impuestas disminuyen la motivación intrínseca, ya que conducen hacia la percepción de locus de causalidad externo (Ryan y Deci, 2000a).

La TEC después especificó, y los estudios lo confirmaron (Fisher, 1978; Ryan, 1982) que los sentimientos de competencia no ampliaban la motivación intrínseca a menos que fueran acompañados por un sentido de autonomía, en términos de atribución, por un locus interno de causalidad percibida (DeCharms, 1968). Por el contrario, se encontró que la elección, el reconocimiento de los sentimientos y las oportunidades para la auto-dirección pueden incrementar la motivación intrínseca ya que permite a las personas una mayor sensación de autonomía (Deci y Ryan, 1985a).

Deci y Ryan (1980) sugiere que existen dos procesos cognitivos primarios a través de los factores contextuales que afectan a la motivación intrínseca. El primero es que el cambio en la percepción de locus de causalidad está relacionado con la necesidad de *autonomía*, es decir, cuando un evento cambia la percepción hacia un lugar más externo la motivación intrínseca se verá afectada y cuando se produce un evento provoca un cambio hacia un lugar de percepción más interno la motivación

intrínseca será mejorada. En segundo lugar el cambio en los procesos en la competencia percibida, se refiere a la necesidad de *competencia*: cuando un evento aumenta la competencia percibida, la motivación intrínseca tiende a ser mayor y que, cuando se produce un evento que disminuye la percepción de competencia, la motivación intrínseca se verá afectada (Deci y Ryan, 2002).

Aunque los apoyos para la autonomía y la competencia son altamente relevantes para producir la variabilidad en la motivación intrínseca, un tercer factor que parece influir en la motivación intrínseca es la *relación* con los demás, ya que se ha demostrado que los entornos donde existe una buena relación con otras personas potenciarán la motivación intrínseca (Ryan y Deci, 2000a). La TEC explica que los ambientes sociales pueden facilitar o entorpecer la motivación intrínseca al apoyar o frustrar las necesidades psicológicas básicas de las personas (Ryan y Deci, 2000b).

Según la teoría de la evaluación cognitiva, todos los acontecimientos externos tienen dos aspectos funcionales: un aspecto de *control*, y un aspecto *informativo* o retroalimentación. Un evento ambiental que se percibe como control es interpretado por el receptor como una presión para alcanzar un resultado conductual en particular, en otras palabras, uno lo interpreta como un intento de inducir o coaccionar al destinatario para que actúe de una manera específica. Cuando este aspecto es destacado facilita la percepción de un locus externo de causalidad de la conducta y tiende a socavar la motivación intrínseca. Cuando el evento no es visto como control, proporciona la oportunidad para que la motivación intrínseca se mantenga o mejore. Un evento informativo sobresaliente aumenta la motivación intrínseca si significa competencia y disminuye la motivación intrínseca si significa incompetencia. Es

importante señalar que un aspecto informativo tendrá un impacto en la motivación intrínseca sólo en situaciones en las que el aspecto de control no sobresale relativamente (Fisher, 1978).

Debido a que la motivación intrínseca ha sido tan ampliamente explorada como la variable dependiente en estudios de apoyo a la autonomía versus control, eventos y contextos, el efecto de un evento o contexto en la motivación intrínseca puede ser utilizado como un criterio para la clasificación de si ese evento o contexto tiende a ser experimentado como apoyo a la autonomía o de control.

Eventos y contextos interpersonales.

El termino *evento* se refiere a un hecho específico o condición relevante para el inicio y regulación del comportamiento. El ofrecer una recompensa por ejemplo, un evento es como el caso de una competencia, retroalimentación, una fecha límite, una reivindicación, y una oportunidad de elección. Los eventos más frecuentemente estudiados han sido las *recompensas*, aunque muchos otros también han sido explorados. Los estudios de los efectos de los distintos eventos en la motivación intrínseca serán revisados con el fin de permitir que cada evento se clasifique como que tiende a ser de *apoyo a la autonomía o bien de control* (Deci y Ryan, 1987).

Los *eventos de control* son aquellos en los que se experimenta presión para pensar, sentir o comportarse de manera específica. La experiencia de la presión, no importa cuán sutil sea el origen, favorecerá un locus de causalidad externo. A partir de diversos estudios, un número de factores han emergido de lo que parece ser una comunicación de control (Deci y Ryan, 1985a).

Los *eventos informativos* son los que permiten la elección, (es decir, que estén libres de presiones innecesarias) y que proporcionan información que es útil para una persona en sus intentos de interactuar efectivamente con el medio ambiente. Mientras que los entornos informativos proporcionan algún tipo de retroalimentación, o estructuras que permiten a uno para obtener una retroalimentación, los ambientes permisivos no contienen la información relevante que sea necesaria para el desarrollo de competencias y orientar la acción (Deci y Ryan 1985a).

Al hacer predicciones sobre los efectos de la recompensa en la motivación intrínseca, la TEC analiza el tipo de recompensa y el tipo de posibles recompensas para determinar si la recompensa es probable que se experimente como informativa o de control. La teoría reconoce que en algunos casos tanto los aspectos informativos y de control serán algo sobresalientes, así, en esas situaciones, factores adicionales se tienen en cuenta al hacer predicciones. Comenzamos nuestro análisis de los efectos recompensa predicciones al distinguir entre recompensas verbales y recompensas tangibles (Deci, Koestner y Ryan, 2001). Aunque la TEC no suele utilizar el término recompensas verbales, prefiere en su lugar hablar de retroalimentación positiva, hace uso de este término con el fin de incluir los estudios de retroalimentación positiva dentro de la categoría de los efectos de recompensa. Las recompensas verbales suelen contener claro la retroalimentación positiva al rendimiento, así que la TEC predice que es probable que mejore la percepción de la competencia y por lo tanto aumente la motivación intrínseca. Sin embargo, las recompensas verbales pueden tener un aspecto significativo de control llevando a la gente a involucrarse en conductas específicamente para ganarse un elogio, por lo que las recompensas verbales tienen el

potencial de disminuir la motivación intrínseca. La teoría sugiere por lo tanto que el contexto interpersonal en el ámbito que se administra la retroalimentación positiva puede influir en que será interpretado como de información o de control. Cuando se estudió en experimentos de laboratorio, el clima interpersonal suele ser manipulado en función del estilo interpersonal que utiliza el experimentador cuando proporciona la retroalimentación. Un contexto interpersonal de control, se considera así, en el grado en que la persona se siente presionada por pensar, sentir o comportarse de un modo determinado. Al contrario de las recompensas verbales, las recompensas tangibles a menudo se ofrece a las personas como una incitación a la realización de una conducta en la que de otro modo no podrían participar. De acuerdo con la TEC, las recompensas tangibles tenderán a ser experimentadas como control, y como resultado, tiende a disminuir la motivación intrínseca.

Tal como se ha descrito, algunos eventos tienden a ser experimentados como de apoyo a la libre determinación y otros tienden a ser experimentado como de control. Asimismo, se ha detallado que los contextos también se pueden caracterizar como una tendencia bien para apoyar la autonomía o para controlar. Pocos estudios han explorado los efectos del mismo evento en diferentes contextos creados experimentalmente.

Al centrar la atención en el nivel de experiencia del receptor, tres consecuencias importantes han demostrado ser empíricamente útiles. En *primer lugar*, sugiere que el contexto interpersonal en el que se experimenta un evento podría ser un importante factor determinante en el efecto del evento del perceptor. En *segundo lugar*, sugiere que las diferencias individuales en la percepción de un evento

pueden jugar un importante rol en la determinación de cómo el evento es experimentado y, por tanto, cuáles son sus efectos. Y en *tercer lugar*, permite la posibilidad de que los eventos que inician y regulan algunos comportamientos pueden estar en gran parte o totalmente dentro de una persona y por lo tanto relativamente independiente de eventos situacionales. Esto ha llevado a una exploración de la relación de los diversos tipos de eventos internos regulados por la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985a).

Contexto Interpersonal

El lenguaje tradicional de la psicología empírica sugiere la investigación y de hecho ha demostrado que el entorno juega un papel importante en la determinación del comportamiento. Sin embargo, cuando se tiene en cuenta lo que constituye un medio, uno se da cuenta de que los aspectos más destacados son eventos que raramente se concretan tal como una recompensa o un feedback pero generalmente son las otras personas que administran las recompensas y el feedback. Del mismo modo, si usted fuera a recibir una retroalimentación positiva de su desempeño, el significado de la retroalimentación se basa en el contexto interpersonal de comunicación tanto como las palabras *per se* (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1967) puestas en él, el aspecto analógico o meta mensaje de una comunicación a menudo lleva mucho más peso que el aspecto digital (analógico) o contenido literal sugieren que el contexto interpersonal en el que se administra un evento como una recompensa o retroalimentación significativa influirá en el impacto de ese evento, es decir, proporciona un meta mensaje en el contexto interpersonal.

Teoría de la integración orgánica (TIO)

Dentro de la TAD, Deci y Ryan (1985a) introdujeron una segunda sub teoría, llamada *teoría de la integración orgánica* (TIO, *organismic integration theory* [OIT]; Deci y Ryan, 1985a) para detallar las diferentes formas de motivación extrínseca y los factores contextuales que promueven o impiden la internalización y la integración de la regulación de estas conductas. La Tabla 1, muestra la taxonomía de los tipos motivacionales de la TIO, ordenados de izquierda a derecha del grado en que las motivaciones emanan del yo (esto es, son autodeterminadas). Estos autores establecen una taxonomía donde la motivación se estructura en forma de un continuo que abarca los diferentes grados de autodeterminación de la conducta. Este continuo de la motivación abarca desde la conducta no-autodeterminada, hasta la conducta auto-determinada.

Tabla 1.
Continuo de autodeterminación mostrando los tipos de motivación con sus estilos de regulación, el locus de causalidad y los procesos correspondientes.

Conducta	No autodeterminada			Autodeterminada		
Tipo de motivación	No motivación		Motivación Extrínseca			Motivación Intrínseca
Tipo de regulación	Sin regulación	Regulación Externa	Regulación Introyectada	Regulación Identificada	Regulación Integrada	Regulación Intrínseca
Locus de causalidad	Impersonal	Externa	Algo Externo	Algo Interno	Interno	Interno
Procesos reguladores relevantes	No Intencional No Valorado Incompetencia Pérdida De Control	Obediencia Recompensas Externas Castigo	Autocontrol Implicación Ego Recompensas Internas Castigo	Importancia Personal Valoración Consciente	Congruencia Conciencia Síntesis con uno mismo	Interés Disfrute Satisfacción Inherente

Nota. En “Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being” de R. Ryan & E. Deci, 2000, *American Psychologist*, 55(1), p. 72. Copyright 2000 American Psychological Association, Inc. Adaptada con autorización del autor.

Dentro de la teoría de la auto-determinación, la internalización se refiere al proceso mediante el cual las personas aceptan valores y procesos reguladores que son establecidos por el orden social, pero no atractivos de manera intrínseca, que sin

embargo se convierten en motivos importantes para llevar a cabo una actividad (Chirkov et al., 2003; Deci y Ryan, 2000, 2002).

Según este concepto, la actividad no siempre se inicia porque sea intrínsecamente atrayente, sino que puede comenzar por otro tipo de motivos externos, por ejemplo, recompensas, castigos o necesidad social y a partir de ahí, se desarrollaría un proceso mediante el que esos motivos extrínsecos, y el locus de causalidad se van haciendo más internos desde las características externas o imparciales que pueden poseer (Chirkov et al., 2003). Todo ello, favorece la aparición de las diferentes formas de motivación extrínseca, que se describen a continuación y que son fundamentales para la práctica de la actividad.

La gradación de las razones del continuo de la autodeterminación es visto como un reflejo del proceso de internalización en donde el individuo se pretende pasar de las formas menos auto-determinadas de regulación a los tipos más auto-determinados de regulación (Ryan, 1993).

Tal como se muestra en la Figura 1, en el extremo del continuo se encuentra la no motivación, que corresponde con la falta absoluta de motivación, tanto intrínseca como extrínseca. Correspondería al grado más bajo de autodeterminación. La no motivación hace referencia a la falta de intencionalidad para actuar (Deci y Ryan, 1985b; Koestner, Lossier, Vallerand y Carducci, 1996). Cuando las personas están no motivadas, o bien no actúan o actúan sin intención, ellas simplemente se mueven. La no motivación resulta de no otorgarle valor a una actividad (Ryan, 1995), de no

sentirse competente para hacerla (Bandura, 1977), o no esperar que esta produzca un resultado deseado (Seligman, 1975).

Dentro de la TIO, la investigación ha determinado cuatro tipos de motivación extrínseca (Deci y Ryan, 1985a, 2000, 2002; Ryan, 1995) denominados *regulación externa*, *regulación introyectada*, *regulación identificada* y *regulación integrada*. La regulación externa y la regulación introyectada se consideran niveles bajos de autodeterminación, la identificación representa el nivel medio y la regulación integrada representa el nivel más alto de conducta auto-determinada influida por consideraciones externas de la actividad. Es importante y necesario remarcar que no es necesario pasar por cada nivel para interiorizar los diferentes tipos de regulación o motivación (Gagné y Deci, 2005).

El primer tipo de motivación extrínseca es la *regulación externa*. Es la forma menos auto-determinada de motivación extrínseca, y por tanto, la de mayor contraste con la motivación intrínseca. La conducta se realiza para satisfacer una demanda externa o por la existencia de premios o recompensas. Los individuos experimentan la conducta sintiéndose controlados o alienados (Deci y Ryan, 2000). La regulación externa constituye el típico caso de motivación por la búsqueda de recompensas o evitación de castigos (Ryan y Deci, 2000b). Esta forma de regulación se caracteriza por tener un locus de control externo.

El segundo tipo de motivación extrínseca es la *regulación introyectada*, Este tipo de regulación está asociada a las expectativas de auto-aprobación, evitación de la ansiedad y el logro de mejoras del ego, en aspectos tales como el orgullo (Ryan y Deci,

2000b). Aunque las regulaciones introyectivas son internas al individuo éstas no forman parte del mismo ya que la persona está gobernada por un locus de control externo (Ryan y Deci, 2000b). Los motivos de participación en una actividad son principalmente el reconocimiento social, las presiones internas o los sentimientos de culpa (García-Calvo, 2004). El individuo ejerce presión sobre sí mismo para regular su comportamiento.

El tercer nivel de regulación dentro del continuum de la motivación propuesto por Deci y Ryan (2000) es la *regulación identificada*. La conducta es altamente valorada y el individuo la juzga como importante, por lo que la realizará libremente aunque la actividad no sea agradable (Carratalá, 2004). Cuando una persona se identifica con la acción o el valor que expresa, de forma consciente, existe un alto grado de autonomía percibida (Deci y Ryan, 2002; Ryan y Deci, 2000b).

El último nivel de regulación es el de la *regulación integrada*. En este caso, la conducta se realiza libremente. La integración ocurre cuando la persona evalúa la conducta y actúa en congruencia con sus valores y sus necesidades. El individuo, a su vez, da la sensación de relacionarse con la otra persona o el grupo, o por el deseo de obtener la aprobación implícita o explícita para hacerlo. Esto sugiere que la necesidad de relacionarse con el otro es de importancia central para la internalización. La TIO propone que los apoyos para sentimiento de la relación son cruciales para la promoción de la internalización (Deci y Ryan, 2000, 2002).

Todavía la relación por sí sola no es suficiente para asegurar una plena internalización de la motivación extrínseca. La persona necesita sentirse competente

con respecto a los comportamientos valorados por otro, si van a participar y aceptar responsabilidad de dichos comportamientos. Por lo tanto, la TIO sugiere que el apoyo para la competencia contribuirá a la internalización y posteriormente a la autorregulación de las actividades extrínsecamente motivadas. Si la gente no se siente competente para llevar a cabo un objetivo conductual, es poco probable interiorizar la regulación de los comportamientos, de hecho, probablemente encontrarán una excusa para no hacer completamente la conducta aún y cuando esté en presencia de otro significativo (Deci y Ryan, 2002).

Desde la perspectiva de la TIO la percepción de autonomía juegan un papel muy importante en los procesos de internacionalización y la integración. Como ya se ha señalado, la internalización puede tomar la forma de la introyección, resultando la regulación controlada, o puede implicar una internalización e integración mucho más completa.

De acuerdo con la teoría, el apoyo a la autonomía es el factor crítico para determinar si la internalización que es promovida por el apoyo de las relaciones y la competencia será sólo parcial (como en la introyección) o se completa más (como en la integración). Por lo tanto, aunque la internalización puede producirse sin apoyo de la autonomía, el tipo de internalización que se traducirá en la persistencia, la flexibilidad, y la vitalidad (siendo factores que caracterizan a la autodeterminación) serán evidentes al grado que están presentes los apoyos para la autonomía.

Este tipo de compromiso con la actividad y con el proceso de internalización es más probable que ocurra cuando las personas experimentan un sentido de elección,

de voluntad y de libertad de las demandas externas. En consecuencia el apoyo a la autonomía es la base para que las personas activamente transformen un valor y la regulación en sí mismos. (Deci y Ryan, 2002; Ryan y Deci, 2000b).

Teoría de orientación de causalidad (TOC)

La *teoría de orientaciones de causalidad* (TOC; causality orientation theory [COT]; Deci y Ryan, 1985a) se conceptualiza como aspectos relativamente duraderos de las personas que caracterizan el origen de la regulación y el grado de libre determinación de su conducta. Deci y Ryan (1985a) describen tres tipos de orientaciones causales que guían la regulación de los individuos. Nos referimos a estas orientaciones como las orientaciones de causalidad y se han marcado las tres orientaciones de la orientación autonomía, la orientación de control, y la orientación impersonal y que la gente se supone que tiene cada uno de ellos en cierto grado de orientación (Deci y Ryan 2002).

Orientación autonomía

Implica un alto grado de elección con experiencia con respecto a la iniciación y regulación de la propia conducta. Cuando se está orientado a la autonomía, las personas buscan oportunidades para la autodeterminación y elección y en consecuencia se puede decir que tienen una tendencia generalizada hacia lo que DeCharms (1968) se describe como un locus de percepción interna de la causalidad. Con un alto nivel de orientación de la autonomía, la gente está más a menudo motivada intrínsecamente, y son más propensos a ser auto-determinados con relación a las recompensas extrínsecas (Deci y Ryan, 1985a). Por lo tanto, serán menos

controlados por las recompensas extrínsecas y tendrán a experimentar más como afirmación de su competencia o resultados.

Orientación del control

Implica comportamientos de la gente que se organiza con respecto al control, ya sea en el ambiente o en el interior de sí mismos. Cuando se está orientado al control, las personas buscan seleccionar o interpretar los acontecimientos como controladores. Cuando el sujeto está altamente orientado al control, la persona tiende a hacer las cosas porque piensa que “debería”, y tienden a depender de acontecimientos dominantes tales como plazos o de vigilancia para motivarse a sí mismos. Cuando la gente está orientada al control, las recompensas extrínsecas juegan un papel más determinante en su comportamiento.

La orientación del control conduce con más frecuencia para el cumplimiento de los controles reales o imaginarios (bien sea en forma de amenazas, alicientes o expectativas), pero en algunos casos puede implicar la rebelión contra los controles y hacer justo lo contrario de lo que exige.

La orientación impersonal

Se basa en una sensación de ser incompetente para tratar con los desafíos de la vida. El funcionamiento personal es errático y no intencional, no tienen las estructuras psicológicas necesarias para tratar con fuerzas externas e internas. Tienden a creer que son incapaces de regular su comportamiento de una manera que conduzca a resultados deseados confiables. Esta orientación involucra la creencia de que los comportamientos y los resultados son independientes y que las fuerzas son

incontrolables y promueven la experiencia de incompetencia (Deci y Ryan, 1985b, 2002).

Implica experimentar el comportamiento de la gente que está más allá de su control intencional. Tienden a creer que son incapaces de regular su comportamiento de una manera que conduzca a los resultados deseados confiables.

Teoría de la necesidades básicas (TNB)

El concepto de necesidades psicológicas básicas juega un importante papel, a menudo implícito, en la TAD y en cada una de sus teorías desde que comenzaron los primeros trabajos. La reciente relativa formalización de la mini-teoría de las necesidades psicológicas básicas (Ryan y Deci, 2000b) se ha hecho para clasificar el significado del concepto y para detallar su relación dinámica con el bienestar y la salud psicológica.

La *teoría de las necesidades básicas* (TNB) (basic need theory [BNT]; Deci y Ryan, 2002). Uno de los conceptos fundamentales de la TAD es el de necesidades psicológicas básicas definidas como algo innato, universal, y esencial para la salud y el bienestar (Deci y Ryan, 2002; Ryan y Deci, 2000b). Es decir, las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) son un aspecto natural de los seres humanos que se aplican a todas las personas, sin tener en cuenta el género, grupo o cultura.

Según Hull (1943) una necesidad básica, ya sea que se trate de una necesidad fisiológica o una necesidad psicológica, es un estado de excitación que, si está

satisfecha, conduce hacia la salud y el bienestar, pero, si no está satisfecha, contribuye a una patología y un malestar.

Siguiendo a Ryan y Deci (2000; 2002) para que una fuerza motivadora pueda ser calificada como necesidad, ésta debe tener una relación directa con el bienestar. Las necesidades, cuando están satisfechas, promueven bienestar, pero cuando son frustradas, llevan a consecuencias negativas. Además, a causa de que se hipotetiza que las necesidades son universales, esa relación entre su satisfacción y el bienestar se puede aplicar a lo largo de las edades, géneros y culturas, aunque la medida en que las necesidades son satisfechas (o frustradas) varía como función de la edad, el género y la cultura. Como todo, se teoriza que los procesos básicos por los que la satisfacción de las necesidades promueve la salud es la misma en todos los grupos.

Por lo tanto se propuso que las necesidades básicas de competencia, autonomía y relación deben cumplirse durante toda la vida de un individuo experimentando una sensación permanente de la integridad y el bienestar o eudaimonia (Ryan y Frederick, 1997; Waterman, 1993).

Desde un punto de vista conceptual, se plantea que, dado que las necesidades de autonomía, competencia y relación son importantes para el crecimiento personal y la actualización, los individuos están intrínsecamente motivados para avanzar hacia situaciones y experiencias que satisfagan estas necesidades básicas (Frederick y Ryan, 1995; Ryan, Vallerand y Deci, 1984; Vallerand, Deci y Ryan, 1987; Vallerand y Reíd, 1990).

La *competencia* se define como la necesidad de ser eficientes en las interacciones con el entorno, y refleja el deseo que tienen las personas por ejercitar sus capacidades y habilidades; y al ejercitarlas buscar y superar sus retos (Deci y Ryan, 1985a). La percepción que tiene una persona de que puede manipular y ejercer un efecto en su entorno de acuerdo con sus intenciones es la experiencia más genuina de la competencia.

La *autonomía* es la necesidad de elegir cuándo y cómo regular la conducta. Refleja el deseo de las personas de elegir por sí mismas frente a la posibilidad de que sea el entorno (los otros, las circunstancias, las instituciones, etc.) el que determine el contenido de las acciones (Deci y Ryan, 1985a). La necesidad de *autonomía* se define como un deseo inherente de actuar con un sentido de la elección y la voluntad, es decir, ser el autor de las acciones de uno y sentirse psicológicamente libre (Deci y Ryan, 2000).

Por último, la *relación* es la necesidad de establecer lazos emocionales cercanos con otras personas. Expresa el deseo de estar emocionalmente conectado e interpersonalmente implicado en relaciones cálidas (Baumeister y Leary, 1995; Guisinger y Blatt, 1994; Ryan, 1991). Al igual que las otras necesidades, la relación es un constructo motivacional importante; las personas demuestran funcionar mejor, ser más resistentes al estrés y soportar mejor las dificultades, cuando poseen relaciones interpersonales y emocionales positivas frente a cuando no poseen dichos vínculos (Cohen, Sherrrod y Clark, 1986; Ryan, Stiller y Lynch, 1994, Windle, 1992). Para Deci y Ryan (1995) lo que mejor satisface a la relación es que el otro (sea éste un individuo o

un grupo) muestre que está interesado o le parezca importante nuestro “auténtico” *self*, aquello que nos define como seres individuales y singulares.

Teoría de los contenidos de meta (TCM)

Tal como se establece en la página web de la teoría de la autodeterminación (Self-Determination Theory, 2014), la teoría de contenidos de meta surge de las diferencias entre los objetivos intrínsecos y extrínsecos y su impacto en la motivación y el bienestar. Los objetivos son vistos diferencialmente porque ofrecen satisfacciones de primera necesidad y de este modo son asociados con el bienestar.

Las metas extrínsecas tales como el éxito financiero, la apariencia, y la popularidad / fama se han contrastado específicamente con las metas intrínsecas, como comunidad, relaciones estrechas, y el crecimiento personal, el primero con más probabilidades asociadas con el bienestar más bajos y mayor bienestar enfermo.

Teoría de la motivación en las relaciones (TMR)

La relación, que tiene que ver con el desarrollo y mantenimiento de relaciones personales cercanas, tales como mejores amigos y parejas románticas, así como pertenecientes a grupos, es una de las tres necesidades psicológicas básicas.

La Teoría de la Motivación de las Relaciones (TMR, Relationships Motivation Theory [RMT, por sus siglas en inglés] Deci y Ryan, 2014) es la sexta mini-teoría, tiene que ver con estas y otras relaciones, y postula que una cierta cantidad de estas interacciones no sólo es deseable para la mayoría de la gente, pero en realidad es esencial para su ajuste y bienestar, porque las relaciones proporcionan satisfacción de la necesidad de relacionarse. Sin embargo, la investigación muestra que no sólo es

necesario estar satisfecho en las relaciones de alta calidad de la relación, pero necesitan también estar satisfechas la autonomía y en menor medida la necesidad de la competencia. De hecho, las relaciones personales con más alta calidad son aquellas en las que cada socio apoya la autonomía, la competencia y la necesidad de la relación de la otra.

El continuum de la motivación

Debido a las diferencias funcionales y experimentales entre la auto-motivación y la regulación externa, un punto de central atención en la TAD ha sido el proporcionar un enfoque más diferenciado de la motivación al preguntarse qué tipo de motivación se está mostrando en cualquier momento dado (Ryan y Deci, 2000a).

Deci y Ryan (2000a) establecieron una taxonomía donde la motivación se estructura en forma de un continuo que abarca desde la conducta no auto-determinada, hasta la conducta auto-determinada. El recorrido de un tipo de conducta a otra abarca tres tipos fundamentales de motivación: la motivación intrínseca, la motivación extrínseca y la desmotivación.

Motivación intrínseca

Se define como el hacer de una actividad para sus satisfacciones inherentes en lugar de por alguna consecuencia separable. Cuando una persona está intrínsecamente motivado se mueve a actuar para la diversión o el reto que supone más que por empujes externos, presiones o recompensas. El fenómeno de la motivación intrínseca se reconoció por primera vez dentro de los estudios experimentales sobre el comportamiento animal, donde se descubrió que muchos organismos que participaban en la exploración de comportamientos lúdicos, y

movidos por la curiosidad, incluso en ausencia de refuerzos o recompensas (White, 1959).

En los seres humanos, la motivación intrínseca no es la única forma de motivación o incluso de la actividad volitiva, pero es un dominante e importante. Desde el nacimiento en adelante, los seres humanos, en sus estados más saludables, son seres activos, curiosos, inquisitivos y juguetones, que muestran una disposición en todas partes para aprender y explorar, y que no requieren de incentivos ajenos a ellos (Ryan y Deci, 2000b).

Deci y Ryan postulan que la *motivación intrínseca* se deriva de las necesidades psicológicas innatas de competencia y la auto determinación que dinamiza una amplia gama de conductas y procesos psicológicos para los cuales, la principal recompensa son las experiencias de eficacia y autonomía (Deci y Ryan, 1985a). Quizás no haya otro fenómeno particular que refleje tanto el potencial positivo de la naturaleza humana como la motivación intrínseca, la tendencia inherente a buscar la novedad y el desafío, a extender y ejercitar las propias capacidades, a explorar, y a aprender (Ryan y Deci, 2000b). En cuanto a las actividades intrínsecamente motivadas, Ryan y Deci (2002) las definen como “aquellas cuya motivación está basada en la satisfacción inherente a la actividad en sí misma, más que en contingencias o refuerzos que pueden ser operacionalmente separables de ella”.

En general, la motivación intrínseca se refiere a la participación de una actividad puramente por el placer y la satisfacción de hacer la actividad (Deci, 1975). Cuando una persona está intrínsecamente motivada él o ella realiza una actividad

voluntariamente en ausencia de recompensas materiales o limitaciones externas (Deci y Ryan, 1985b).

La motivación intrínseca es la forma ideal de la autodeterminación, donde existe un sentimiento total de elección, sintiendo que uno hace lo que verdaderamente quiere, sin ninguna presión. La ejecución surge de uno mismo, es decir está determinada por uno mismo, por eso se le denomina autodeterminación (Deci y Ryan, 1991).

El constructor de la motivación intrínseca describe esta inclinación natural hacia la asimilación, el dominio, el interés espontáneo, y la exploración que es tan esencial para el desarrollo cognitivo y social que representa la principal fuente de placer y vitalidad durante toda la vida (Csikszentmihalyi y Rathunde, 1993; Ryan, 1995).

Motivación extrínseca

El término *motivación extrínseca* se refiere al desempeño de una actividad a fin de obtener algún resultado separable (Ryan y Deci, 2000b). Aunque, la motivación intrínseca es un tipo importante de motivación, sin embargo no es el único, ni incluso el único tipo de conducta auto determinada (Deci y Ryan, 1985a).

La motivación extrínseca se refiere a la realización de una actividad con el fin de alcanzar algún resultado separable y, por tanto, el contraste con la motivación intrínseca, que se refiere a hacer una actividad por la satisfacción inherente de la propia actividad. TAD propone que la motivación extrínseca puede variar

considerablemente en su grado de autonomía (Ryan y Connell, 1989; Vallerand, 1997).

Originalmente se pensó que la motivación extrínseca se refiere a un comportamiento no auto determinado, un comportamiento que sólo podría ser inducido por contingencias externas (e.g., Ryan, Connell y Grolnick, 1990).

No motivación

Además de la motivación extrínseca se encuentra la *No motivación*. Esta se describe por ser la tercera dimensión postulada por la teoría de la autodeterminación como *Amotivation*. La no motivación o Amotivation se refiere a la conducta no determinada, y se produce cuando el individuo no tiene motivación para realizar la tarea o actividad en un contexto determinado. Puede ser producida porque el sujeto perciba falta de capacidad para realizar la tarea, o porque considere que el esfuerzo que requiere la realización de la misma no compensa con lo que se va a obtener. El sujeto considera que la actividad no es lo suficientemente importante o interesante (Ntoumanis, Pensgaard, Martin y Pipe, 2004). La no motivación hace referencia por lo tanto a la falta de intencionalidad para actuar (Deci y Ryan, 1985a; Koestner et al., 1996). Las causas por las que se produce la no motivación pueden ser varias: la falta de habilidad percibida por el sujeto, falta de confianza en la estrategia, que el individuo considere que es necesario demasiado esfuerzo como para implicarse y que considere que el esfuerzo no tendrá trascendencia (Pelletier, Fortier, Vallerand, Tuson, Briere y Blais, 1995).

Utilizando la teoría de la auto-determinación (Deci y Ryan, 1985a; Ryan y Deci, 2002) como marco, el presente trabajo explora las condiciones sociales que frustran las necesidades psicológicas básicas y a su vez el impacto sobre el malestar psicológico del atleta.

Estilo interpersonal del entrenador y sus implicaciones sobre las necesidades básicas de los atletas

El componente central de la TAD es el concepto de necesidades psicológicas, y tal como se ha descrito previamente en la teoría de las necesidades psicológicas básicas cuando las personas interaccionan con su ambiente necesitan sentirse *competentes* (deseo de interactuar de forma eficaz con el ambiente), *autónomas* (deseo de elección y sentimiento de ser es el iniciador/a de las propias acciones) y *relacionadas* con los demás (deseo de sentirse conectado con los otros y sentirse respetadas por ellos). Por esto, la satisfacción de dichas necesidades es esencial para el desarrollo tanto de la motivación auto determinada (Deci y Ryan, 1985b), como del bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2000b).

En la satisfacción o frustración de estas necesidades el ambiente social juega un importante papel y más concretamente, los climas motivacionales creados por las figuras de autoridad, en este caso el entrenador. La TNB defiende que las necesidades psicológicas básicas, además de recibir su influencia del contexto social y de actuar como predictores del bienestar, también participan como mediadoras entre los factores sociales (e.g., el clima creado por el entrenador) y el bienestar psicológico (e.g. vitalidad subjetiva y satisfacción con la vida) (Ryan y Deci, 2000b). Sin embargo, la satisfacción de las necesidades de ninguna manera se considera que se de en

automático. Un principio central de las TNB es que el entorno social puede apoyar o impedir la satisfacción de las necesidades básicas y, como consecuencia, contribuir a un bienestar o malestar respectivamente (Deci y Ryan, 2000).

En el contexto deportivo, el factor social es muy importante, ya que se refiere a la relación interpersonal del entrenador con el deportista (Vallerand y Losier, 1999; Vallerand y Rousseau, 2001). El entrenador es una figura que tiene el potencial de influir en la salud física y psicológica y en la calidad de la participación de un atleta o un equipo de jugadores.

Estudios basados en la teoría de las necesidades básicas (TNB, Ryan y Deci, 2000a), han examinado los mecanismos que vinculan las dimensiones del entrenador creando entornos con indicadores positivos y negativos del bienestar de los jugadores en el campo del deporte (Gagné, Ryan y Bargmann, 2003; Reinboth, Duda y Ntoumanis, 2004).

Anteriormente, los investigadores del deporte que exploraban el grado en el cual el medio ambiente satisface o frustra las necesidades básicas a los participantes y las subsiguientes consecuencias para el bienestar / malestar, asumían que la baja satisfacción de las necesidades era equivalente a una frustración de las necesidades psicológicas (e.g., Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch y Thogersen-Ntoumani, 2011). Ahora se conoce que la baja satisfacción de las necesidades no es equivalente a tener las necesidades psicológicas frustradas activamente.

En el primer caso, los atletas sienten que sus necesidades no son satisfechas, por ejemplo, los atletas tienen una baja satisfacción de autonomía, ya que sienten que

su participación en la toma de decisiones dentro del equipo es baja. Respecto a la necesidad frustrada, el atleta percibe que la satisfacción de la necesidad se ha obstaculizado activamente, por ejemplo, los atletas se sienten sin autonomía porque se sienten empujados a comportarse de cierta manera. Suponiendo que la satisfacción de las necesidades y la frustración de las necesidades son conceptos distintos (aunque inversamente relacionados) nos permite explorar diferentes antecedentes y consecuencias de cada una de estas construcciones (Bartholomew et al., 2011; Ryan y Deci, 2000b).

La teoría de evaluación cognitiva predice e interpreta los efectos de los eventos externos en la motivación intrínseca y otras variables internas estrechamente relacionadas proporcionando un análisis de la importancia relativa del aspecto informativo frente a control de los eventos externos (Ryan, Mims y Koestner, 1983).

Desde hace dos décadas, los investigadores han explorado las influencias contextuales sobre la motivación intrínseca y sus correlatos (Benware y Deci, 1984). Se llevaron a cabo en el laboratorio estudios que han detallado los efectos sobre la motivación intrínseca y de los procesos relacionados de eventos específicos contextuales como recompensas, como tareas (Deci, 1971), positivo feedback (Deci, Cascio y Krusell, 1975), los plazos (Amabile, DeJong y Lepper, 1976) y también del clima interpersonal creado por el experimentador (Koestner, Ryan, Bernieri y Holt, 1984).

Los hallazgos más generales de docenas de estudios de esta tradición es que los factores contextuales que funcionan para controlar a las personas en otras palabras

que la presión que comparten de pensar o sentir de manera particular socavan la motivación intrínseca (Deci, 1971; Lepper y Greene, 1975; Ryan et al., 1983). Estos estudios han conducido a la cuenta de cómo el significado funcional de eventos sociales contextuales que pueden ser de control o apoyo a la autonomía, respectivamente ya sea que mantengan o perjudiquen a la motivación intrínseca (e.g., Deci y Ryan, 1987).

Hallazgos recientes en la investigación motivacional sugieren que la imposición de controles externos o restricciones en una actividad puede tener efectos que perjudican la motivación intrínseca. A partir de 1971, Deci demostró que las recompensas tangibles para hacer una tarea pueden afectar negativamente a la motivación intrínseca, otros factores que tienen un similar impacto han sido identificados, incluyendo recompensas simbólicas (Lepper, Greene y Nisbett, 1973), elogios verbales (Deci, 1975), evitar castigos (Deci y Cascio, 1972), los plazos o límites (Amabile, DeJong y Lepper, 1976), la vigilancia (Lepper y Greene, 1975), la competición (Deci, Betley, Kahle, Abrams y Porac, 1981) y las evaluaciones (Smith, 1975; Ryan, 1982). En todos los casos provocan un decremento de la motivación intrínseca, presumiblemente porque son experimentados como controladores lo que conduce a un locus de causalidad percibido externo.

De acuerdo con TAD, Vellarand y Losier (1999) sugirieron que la conducta del entrenador puede ser vista en dos términos de estilo interpersonal. El primero de ellos es conocido como el estilo *apoyo a la autonomía*. Este estilo apoya el esfuerzo auto iniciado y crea las condiciones para que los atletas experimenten un sentido de volición, selección y desarrollo personal. Los elementos característicos de un estilo

apoyo a la autonomía incluyen la disposición de elección, razón de ser y las oportunidades para la iniciativa y el trabajo independiente, teniendo en cuenta la perspectiva de los demás y reconocer sus sentimientos, proporcionando información sobre la competencia que no controla o dirige el comportamiento (Deci, Eghrari, Patrick y Leone, 1994; Reeve y Jang, 2006).

El estilo interpersonal de apoyo a la autonomía puede mejorar la motivación auto determinada de los atletas ya que contribuye a la satisfacción de sus necesidades psicológicas Deci y Ryan (1985b).

Por el contrario, quienes están en posición de autoridad pueden exhibir un estilo interpersonal de *control*. Por ejemplo, los entrenadores pueden comportarse (deliberadamente de otra manera) o de manera coercitiva, presionando y de modo autoritario imponiendo un orden específico de la forma de pensar y actuar sobre sus atletas. Como consecuencia de ello los atletas suelen cumplir, pero no aprueban la conducta solicitada. Las presiones externas aplicadas por el entrenador son percibidas por los atletas y pueden ser el origen de su comportamiento el resultado es la pérdida de control debilitando las necesidades psicológicas de los atletas y el sentido de autodeterminación (Deci y Ryan, 1985b).

Es importante identificar y evaluar los comportamientos asociados específicamente con el estilo de control del entrenamiento (Bartholomew, Ntoumanis y Thogersen-Ntoumani, 2010). Un entrenador con estilo de control actuará de una manera altamente restrictiva y autoritaria, diciendo a los atletas cómo se tienen que mover durante el partido y utilizará la crítica o recompensas tangibles para manipular

a los atletas. Este tipo de entrenador también emitirá castigos, por ejemplo correr extra o repeticiones de ejercicios y avergonzar a los atletas, haciendo hincapié en los errores del pasado, para obligarlos a cumplir con las expectativas del entrenador y las demandas (Bartholomew, Ntoumanis y Thogersen-Ntoumani, 2009).

Un entorno de control se crea cuando los entrenadores intimidan a los atletas a través del abuso verbal y el castigo, cuestión crítica y premios de tareas eventuales, y presionan a los atletas a pensar y comportarse de cierta manera (Bartholomew et al., 2010). Por lo que los entrenadores pueden comportarse deliberadamente o no en forma represiva, presionando y de modo autoritario para imponer una forma específica y preconcebida de pensar y de actuar sobre sus atletas. Como consecuencia de ello, los atletas suelen cumplir, pero no aprueban el comportamiento solicitado. Las presiones externas aplicadas por el entrenador son percibidos por los atletas como el origen de su comportamiento y la consiguiente pérdida de control socava las necesidades psicológicas de los atletas y el sentido de la autodeterminación (Deci y Ryan, 1985b).

Muchos comportamientos del entrenador tendrán una influencia positiva en la motivación de los atletas y el bienestar, sin embargo, los comportamientos y las estrategias desadaptativas del entrenador son muy frecuentes. Para muchos niños y adolescentes las demandas físicas y mentales en el contexto deportivo pueden conducir a daños en lo afectivo y la autoestima, trastornos en la ansiedad y la depresión (Ryan, 1996; Scanlan, Stein y Ravizza, 1991). En última instancia, el estrés crónico asociado con la participación en el deporte de competición puede conducir a un desgaste (Gould, 1993). Estos resultados negativos pueden ser particularmente evidentes

cuando los jóvenes experimentan una presión excesiva de los entrenadores y otros adultos cercanos (Fraser-Tomas y Cote, 2009; Udry, Gould, Bridges y Tuffey, 1997).

El comportamiento empleado por el entrenador para presionar o controlar a los atletas tiene el potencial para frustrar los sentimientos de autonomía, competencia y relación de los atletas. Esto debilita la motivación auto determinada y contribuye al desarrollo de motivos controlados. Cuando los atletas se sienten presionados a comportarse de una manera determinada, una variedad de consecuencias negativas pueden derivarse y poner en desventaja el bienestar del atleta. Esto puede crear un círculo vicioso en el que los atletas se sienten obligados a responder de manera que potencialmente frustren sus propias necesidades psicológicas sólo para mantener una buena relación con su entrenador (Mageau y Vallerand, 2003).

Las investigaciones recientes han analizado las relaciones negativas entre la satisfacción de las necesidades psicológicas y diferentes conductas desadaptativas (Hodge, Lonsdale y Ng, 2008; Thogersen-Ntoumani y Ntoumanis, 2007; Van den Broeck, Vansteenkiste, Witte, Soenens y Lens, 2010). Este grupo de investigaciones ha comenzado a proporcionar evidencias indirectas que apoyarían la hipótesis de que la frustración de las necesidades tiene efectos negativos sobre la salud y el bienestar de las personas.

A pesar de que existe una gran cantidad de evidencia que sugiere que los atletas tienen muchos beneficios psicológicos y fisiológicos de su participación en el deporte (Fraser-Thomas et al., 2005; Reinboth et al., 2004). Las experiencias negativas en el entorno deportivo son muy frecuentes (Scanlan et al., 1991; Theberge, 2008).

Las exigencias mentales y físicas extremas impuestas a los atletas a menudo tienen un efecto perjudicial sobre la participación del atleta, el rendimiento y el bienestar, lo que contribuye a resultados negativos como el sobre entrenamiento y agotamiento (Gould, 1993), trastornos alimenticios (Sundgot-Borgen y Torstveit, 2004), afectando la autoestima y trastornos afectivos como la ansiedad y la depresión (Fraser-Thomas y Coté, 2009; Kran et al., 1997).

Estos resultados negativos se producen cuando los individuos perciben que sus necesidades psicológicas pueden ser socavadas, es decir, frustradas en su entorno social inmediato (Deci y Ryan, 2000). Por lo tanto, la TNB y, específicamente, la frustración de las necesidades psicológicas básicas, debe proporcionar un marco a través del cual se examinan los procesos psicológicos que vinculan las dimensiones negativas del entorno social a los índices de malestar del atleta (Valleran, Pelletier y Koestner, 2008).

La baja satisfacción de las necesidades básicas por los atletas se ha relacionado con los índices de malestar en el ámbito del deporte, por ejemplo, los síntomas físicos como dolor de garganta, secreción nasal, agotamiento emocional y físico (Reinbot y Duda, 2004; Reinboth et al, 2004) y los síntomas de burnout (Perreault, Gaudreau, Lapointe y Lacroix, 2007).

Estudios anteriores basados en la TAD que han examinado las relaciones negativas entre la satisfacción de las necesidades y diversos resultados desadaptativos, han proporcionado pruebas indirectas para apoyar la hipótesis de los efectos perjudiciales de la frustración en la salud y el bienestar (e.g., Hodge, Lonsdale

y Ng, 2008; Pelletier, Dion y Lévesque, 2004; Reinbot, Duda y Ntoumanis, 2004). En concreto, Bartholomew et al. (2011) postula que las puntuaciones bajas de la satisfacción de las necesidades psicológicas pueden simplemente reflejar insatisfacción de necesidad y no aprovechar adecuadamente la naturaleza activa y la intensidad de la frustración de la necesidad. En comparación con los sentimientos de insatisfacción, el estado negativo experimentado de la frustración de las necesidades, es decir, los sentimientos que surgen cuando los individuos perciben que sus necesidades psicológicas están siendo debilitadas activamente por otros, es mucho más probable que conduzca a resultados negativos y malestar, como se ha discutido en la teoría con respecto a los dominios de la vida (e.g., Grolnick, 2003; Kasser, Ryan, Zax y Sameroff, 1995).

Según Ryan y Deci (2000b, 2002) y Deci y Ryan (2000) en la medida en que estas necesidades se cumplan determinará el grado en el cual las consecuencias psicológicas positivas son experimentadas, mientras que el grado en que estas necesidades están siendo frustradas determinará el grado en el que se experimentan las consecuencias negativas como el burnout. La frustración de las necesidades psicológicas de los deportistas se han demostrado de forma explícita cuando los entrenadores crean un entorno de formación de presión y de control (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch, et al., 2011). Según la TAD, los resultados positivos como negativos se pueden entender mejor teniendo en cuenta el grado en que el entorno satisface frente al que frustra las necesidades psicológicas básicas de las personas (Deci y Ryan, 2000).

Para explicar las causas de la disminución del funcionamiento de las necesidades psicológicas, Deci y Ryan (2000) propusieron que la frustración de las necesidades psicológicas básicas puede conducir a adaptaciones defensivas de auto-protección (e.g., el desarrollo estilos de control regulados, motivos compensatorios o necesidades sustitutas y rígidos patrones de comportamiento) que tienen importantes consecuencias negativas para la salud y el bienestar (Niemic, Ryan y Deci, 2009; Ryan, Deci, Grolnick y La Guardia, 2006). Por lo tanto, las condiciones de frustración de las necesidades conducen a patrones que se pueden especificar de comportamientos, normas y metas, además, afectan para que no representen el óptimo desarrollo y el bienestar que se producirían en entornos de apoyo a la autonomía, pero que habría tenido algún valor adaptativo en condiciones adversas (Deci y Ryan, 2000). El concepto de la frustración de la necesidad psicológica, es el mecanismo que vincula las dimensiones negativas del entorno social a los índices del funcionamiento comprometido y el malestar.

Necesidad sustituta. De acuerdo con la teoría de las necesidades básicas, aspiraciones extrínsecas, que pueden ser altamente motivadores, son propensos a desarrollar como sustitutos de las necesidades básicas (Deci, 1980) bajo condiciones de desarrollo en la que la necesidad de satisfacción relativamente no está disponible. Como tales, pueden proporcionar la satisfacción colateral, pero no proporciona la satisfacción directa de las necesidades básicas que son necesarias para una promoción de bienestar. Por ejemplo, si la necesidad de la gente para la relación se frustró sustancialmente cuando son jóvenes, podrían compensar al tratar de obtener la aprobación o el sentido de valor mediante la aplicación de las metas orientadas a la

imagen, como la acumulación de dinero o posesiones materiales. En otras palabras, la falta de satisfacción de necesidades básicas puede llevar a las personas a desarrollar una necesidad sustituta, que a su vez puede tener la consecuencia nefasta de seguir o interferir con el logro de los nutrientes que realmente necesitan.

Asumiendo que la satisfacción y frustración de las necesidades están separadas, (aunque inversamente relacionada), estos conceptos nos permiten explorar diferentes antecedentes y las consecuencias de cada una de estos constructos. Específicamente, podemos examinar los supuestos de la necesidad de satisfacción que es el mecanismo clave que une las dimensiones positivas del ambiente social para indicar el bienestar y desarrollo óptimo, mientras que la frustración de las necesidades es un proceso central que une las dimensiones negativas del ambiente social con el funcionamiento comprometido (Bartolomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011; Ryan y Deci, 2000b).

En la actualidad, la investigación deportiva no ha abordado simultáneamente las implicaciones del entrenador de los dos estilos de apoyo a la autonomía y control en la satisfacción de las necesidades psicológicas así como la frustración de la necesidad de los atletas. En dos estudios transversales, (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011) puso de manifiesto la percepción de un ambiente de apoyo autonomía para ser un predictor positivo de la satisfacción de las necesidades y un predictor negativo de la frustración de la necesidades. Un estilo de control percibido surgió como un predictor positivo de la frustración de las necesidades.

Por lo tanto, La TNB y más específicamente su conceptualización de la frustración de las necesidades psicológicas, deben proporcionar un marco conceptual que nos permita observar los mecanismos que vinculen las dimensiones del entorno social a los índices negativos en el bienestar del atleta. Sin embargo, pocas investigaciones se han centrado en las consecuencias directas de la frustración de las necesidades psicológicas (Vallerand et al., 2008).

El concepto de necesidad psicológica frustrada, por lo tanto, es el mecanismo que vincula las dimensiones negativas del entorno social de los índices del funcionamiento comprometido y malestar. Sin embargo, las investigaciones actuales todavía tienen que descubrir explícitamente experiencias tanto de las necesidades psicológicas de satisfacción y las necesidades frustradas dentro de un contexto dado al mismo tiempo que la evaluación de sus diferentes resultados.

La frustración de las necesidades psicológicas básicas y el malestar

La teoría de la autodeterminación es considerada como un constructo teórico poderoso para explicar el burnout del atleta, ya que ha sido ampliamente utilizada para predecir el bienestar y malestar en diferentes esferas (Cresswell y Eklund, 2005a). Los estudios que han examinado la relación entre los conceptos de la TAD y el burnout del atleta han demostrado que los atletas presentan mayor riesgo de experimentar el burnout cuando perciben un bajo apoyo social y una relación negativa entre el entrenador y el atleta (e.g., Raedeke y Smith, 2001). Estos resultados subrayan la importancia del estilo de entrenamiento percibido sobre el burnout del

atleta. Raedeke (1997) ha sugerido que un contexto deportivo rígido y de control es un factor determinante de una tendencia de burnout.

Por su parte, los estudios realizados sobre la teoría de las necesidades básicas (Ryan y Deci, 2000b) para explorar los posibles antecedentes de síntomas de burnout de los atletas (e.g., Hodge, Lapointe y Lacroix, 2007), proponen que la falta de autonomía contribuye al burnout del atleta (Raedeke, 1997), y sostienen que la baja satisfacción de la necesidad de competencia es un factor determinante de una reducción en el sentido de logro, un elemento clave de la experiencia de burnout (Cresswell y Eklund, 2006). También ha sido considerada la necesidad de relación como parte del desarrollo del burnout en el atleta, pero se supone que posee un papel menos importante que la autonomía y la competencia (Hodge et al., 2008).

En la última década, diferentes estudios han utilizado la TAD como marco teórico para explorar los determinantes del burnout en el deporte (e.g., Cresswell y Eklund, 2005b; Lemyre, Roberts y Stray-Gundersen, 2007; Quested y Duda, 2011; Raedeke y Smith, 2001). Una de las hipótesis que se ha barajado es que las regulaciones motivacionales pueden actuar como determinantes directos del burnout. A nivel más específico se ha hipotetizado que es más probable que se produzca el burnout cuando los deportistas perciban que no tienen motivación (no motivación) o bien cuando informen de bajos niveles de motivación auto determinada para sentirse implicados en su deporte. La evidencia preliminar ha ofrecido apoyo a estas hipótesis (Cresswell y Eklund, 2005a, 2005b; Lemyre et al., 2007; Raedeke y Smith, 2001).

Sin embargo, también sugiere que el estado vivencial negativo de burnout puede ser más frecuente entre los atletas que no sólo experimentan bajos niveles de satisfacción de necesidades básicas sino también perciben sus necesidades básicas frustradas mediante el control de los entornos deportivos (Hodge et al., 2008; Perreault et al., 2007). Por lo tanto la exploración control interpersonal y la frustración de las necesidades psicológicas dentro del contexto de burnout del atleta también deberían ser útiles.

Los estudios realizados en el deporte, así como otras actividades físicas de rendimiento semejante como la danza, tienden a apoyar la hipótesis de TNB respecto a que las necesidades son manejadas como predictores del rendimiento del bienestar (e.g., la autoestima, los efectos positivos) y el malestar (e.g., los efectos negativos) (Gagne y Blanchard, 2007 [deporte]; Questad y Duda, 2009 [danza]).

Según Ryan y Deci (2000b), el marco establecido en la TNB aborda no solo cuestiones relacionadas con el crecimiento personal y el bienestar, sino también el minimizar los efectos patógenos de la necesidad frustrada en un contexto. La frustración de la necesidad psicológica se conceptualiza como “la percepción de que la satisfacciones de las necesidades están siendo obstruidas o frustradas dentro de un contexto dado” (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan et al., 2011). En otras palabras, la frustración de la necesidad psicológica se refiere a un proceso activo y no simplemente a la falta de satisfacción de la necesidad psicológica.

En términos de aprovechar este último supuesto, nuevos trabajos han indicado que evaluar directamente el grado de la frustración de la necesidad en el ámbito del

deporte puede predecir índices de malestar en el deporte mucho mejores que las mediciones de la satisfacción de la necesidad (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan et al., 2011).

Los investigadores han establecido que la frustración de las necesidades psicológicas contribuye al malestar en el deporte, pero el deporte representa sólo una fracción de los comportamientos posibles que componen el ámbito de la actividad física (Bouchard, Blair y Haskell, 2007).

De acuerdo con investigaciones previas (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011) y que se extiende más allá de los contextos deportivos, la frustración de la necesidad psicológica contribuyó a la predicción de malestar más allá de la simple falta satisfacción de la necesidad, Deci y Ryan (2000) sostienen que el cumplimiento de las tres necesidades psicológicas es independientemente importante para comprender el bienestar y el malestar.

Desarrollo del malestar en el deporte a través de los contextos que frustran las necesidades psicológicas básicas

Se debe considerar que no todos los abandonos en el deporte se puede atribuir al burnout (Gould y Dieffenbach, 2002). Entre los modelos psicológicos que se han desarrollado para explicar las razones por las que el burnout presenta efectos negativos en la participación y satisfacción de los deportistas, uno de los que ha recibido mayor aceptación es el modelo cognitivo-afectivo del estrés de Smith (1986). Smith considero que estos síntomas de abandono psicológico, físico y emocional se producían ante el estrés crónico que experimentaban los deportistas y que este síndrome conlleva componentes físicos, mentales y conductuales que se desarrollaban

a través de complejas interacciones entre las características ambientales y personales. En estas situaciones, los deportistas juzgaban que sus recursos eran insuficientes para afrontar las demandas requeridas en su participación deportiva. Y ante el fracaso continuado de corregir un rendimiento acorde con los estándares adecuados, los deportistas se desvinculaban de aquello que se había convertido en algo aversivo, produciéndose el abandono emocional y psicológico, y a veces también el físico, de esa actividad con la que al principio se disfrutaba.

En un estudio transversal realizado con jugadores adolescentes de fútbol masculino y el cricket, los resultados revelaron cómo los diferentes aspectos del entorno creado por el entrenador predijeron la satisfacción de las necesidades de los atletas y los consiguientes índices de bienestar y malestar (Reinboth et al., 2004). En la misma línea, una serie de estudios realizados por Hodgins y sus colegas (Hodgins y Liebeskind, 1998; Hodgins, Liebeskind y Schwartz, 1996) examinaron cómo las personas con orientaciones controladas o fuerte no motivación tienden a comportarse de manera que frustra aún más la satisfacción de las necesidades básicas.

Diferentes estudios realizados en el contexto deportivo se han centrado en la población juvenil debido a los altos índices de abandono, las estimaciones de los mismos establecen que el 33% de ellos suspenden su participación en el deporte competitivo cada año (Petlichkoff, 1996). Algunos aluden su abandono a las presiones impuestas por el entrenador demasiado exigente (y/o desagrado) (Butcher, Lindner y Johns, 2002). También han sugerido que estos factores negativos tienen menos impacto en la participación de los atletas mayores (Gould, 2007), siendo los más jóvenes los que están más propensos a reportar una serie de factores psicológicos

negativos por ejemplo, daño a su autoestima, ansiedad, depresión, como resultado de las frecuentes exigencias físicas y mentales a menudo extremas impuestas a ellos en el contexto deportivo (Brustad, 1988; Ommundsen y Vaglum, 1991).

Pocos estudios basados en las TNB se han realizado para examinar directamente el papel de las necesidades psicológicas básicas como antecedente del burnout del atleta. Después de una investigación cualitativa que involucró jugadores elite de rugby, Cresswell y Eklund (2007) concluyeron que la frustración crónica de las tres necesidades parece ser el punto central para la manifestación del burnout del atleta. En otro estudio realizado con jugadores adultos jóvenes de rugby, los resultados arrojaron que la disminución de la autonomía y la competencia estuvieron fuertemente asociados con el burnout reportado por los jugadores (Hodge et al., 2008). Por el contrario, en un estudio con atletas estudiantes de escuela secundaria, la relación fue el predictor más predominante de burnout (Perreault et al., 2007).

Un estudio cualitativo por Cresswell y Eklund (2006) en donde los atletas de elite que reportaron puntuaciones más altas de Burnout derivan poco disfrute de la participación deportiva, se describieron como sentirse físicamente enfermos y expresaron su deseo de dejar de participar en el deporte.

La investigación en el contexto deportivo se ha centrado predominantemente en estudiar las relaciones entre la percepción del estilo interpersonal de apoyo a la autonomía del entrenador sobre la satisfacción de las necesidades básicas y de estas últimas sobre el bienestar o el malestar de los deportistas; obteniendo apoyo general para los postulados de la TNB (Balaguer, 2007; 2010). Sin embargo, poco se conoce en

la actualidad sobre las consecuencias negativas del estilo interpersonal controlador sobre el malestar, y menos todavía sobre las relaciones secuenciales postuladas por la TNB en esta ruta que dificulta el funcionamiento psicológico: estilo interpersonal controlador del entrenador, la frustración de cada una de las necesidades psicológicas básicas y el burnout (e.g., Balaguer, Gonzales, Fabra, Castillo, Merce y Duda, 2012; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011).

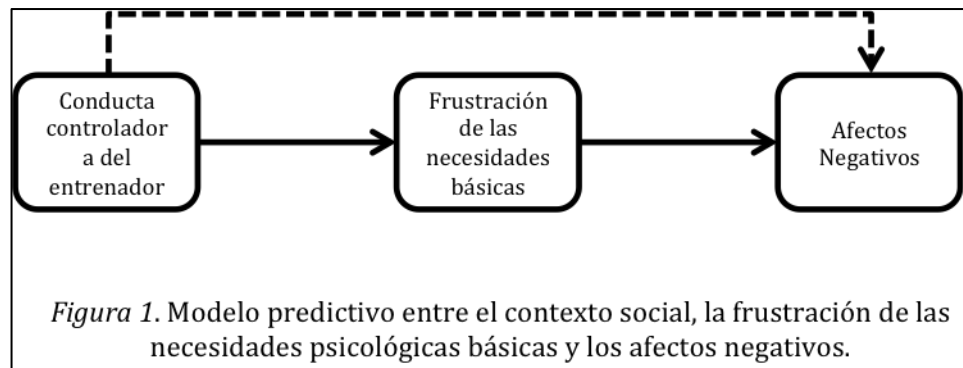
En las pocas investigaciones realizadas hasta la fecha en las que se han estudiado las relaciones entre la percepción del estilo controlador del entrenador, la frustración de las necesidades psicológicas y el burnout, tanto a nivel transversal (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011) como longitudinal (Balaguer et al., 2012) la frustración de las necesidades se ha evaluado a nivel global y los resultados han ofrecido apoyo general a los afectos negativos de este estilo interpersonal del entrenador sobre el funcionamiento psicológico.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

Objetivo general

Desde la teoría de la auto-determinación (SDT; Deci y Ryan, 1985a, 1991; Deci y Ryan, 2000; Ryan, 1995; Ryan y Deci, 2000a; Ryan y Deci 2002) poner a prueba el modelo predictivo con la siguiente secuencia: los factores sociales (estilo controlador), los factores personales (frustración de las necesidades psicológicas básicas: competencia, autonomía y relación) y afectos negativos, de los sujetos implicados en los diferentes deportes de la Universiada Nacional 2012 Veracruz.



Objetivo específico

Describir las distintas variables de estudio: factores sociales (estilo controlador) factores personales (frustración de las necesidades psicológicas – competencia, autonomía y relación-) y el malestar del atleta (afectos negativos).

Realizar un análisis de las relaciones entre las distintas variables estudiadas: estilo controlador, frustración de las necesidades psicológicas básicas y afectos negativos del atleta.

Describir y comparar las distintas variables independientes: edad, género, tipo de deporte, días y horas de entrenamiento.

Determinar si la edad de los atletas actúa como un predictor positivo del estilo controlador del entrenador, de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez de los afectos negativos.

Determinar si el género de los atletas actúa como un predictor positivo del estilo controlador del entrenador, de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez de los afectos negativos.

Determinar si tipo de deporte en el que participan los atletas actúa como un predictor positivo del estilo controlador del entrenador, de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez de los afectos negativos.

Determinar si las horas de entrenamiento actúan como un predictor positivo del estilo controlador del entrenador, de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez de los afectos negativos.

Determinar si los días a la semana de entrenamiento actúan como un predictor positivo del estilo controlador del entrenador, de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y a su vez de los afectos negativos.

Hipótesis

Teniendo en cuenta los objetivos planteados y partiendo del marco teórico de referencia (teoría de la autodeterminación) así como sobre la base de los estudios previos realizados, se formulan las siguientes hipótesis de trabajo:

1. La percepción del estilo controlador actuará como predictor positivo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas.
2. La frustración de las necesidades psicológicas básicas actuará como predictor positivo de los afectos negativos.
3. La frustración de las necesidades psicológicas básicas actúan como mediadoras de la relación entre la percepción del estilo controlador y los afectos negativos.

Tipo de investigación

Según las diversas formas de clasificación expuestas por Hernández-Sampieri, Fernández-Collado y Baptista-Lucio (2014), el presente trabajo se puede identificar como una investigación cuantitativa-transversal de carácter descriptivo, correlacional y explicativo.

Es descriptiva, ya que pretende describir las relaciones existentes entre los factores interpersonales del contexto social, la frustración de las necesidades, los factores mediadores y los afectos negativos.

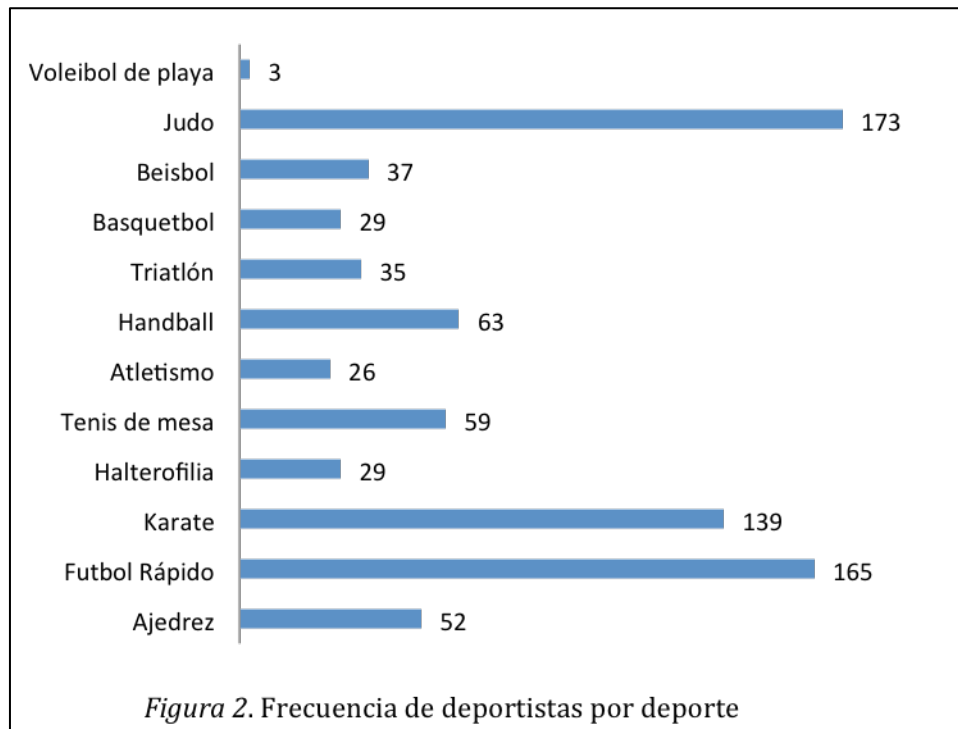
Es correlacional, ya que propone encontrar el grado de relación existente entre el conjunto de variables en el estudio.

Es explicativa, pues se pretende explicar las relaciones e interacciones entre los factores interpersonales del contexto social, la frustración de las necesidades, los factores mediadores y los afectos negativos.

Ademas, desde la perspectiva de la extensión del tiempo en que se desarrolla, este estudio es de tipo vertical o transversal puesto que la obtención de la información se realizó en un sólo momento.

Selección de los sujetos de muestra

La muestra estuvo compuesta por 821 deportistas mexicanos participantes en la Universiada Nacional 2012 Veracruz, con una representación de 32 estados de la República Mexicana, de los cuales 525 hombres y 288 mujeres, de edades comprendidas entre los 18 años como mínima y máxima 27 años ($M = 21$, $DT = 1.99$). Estos deportistas provenían de 12 disciplinas, de las cuales 5 disciplinas de conjunto, con una participación de 513 deportistas (fútbol rápido, handball, basquetbol, beisbol y voleibol de playa) y 7 disciplinas individuales, con una participación de 297 deportistas (ajedrez, karate, halterofilia, tenis de mesa, atletismo, triatlón y judo), ver Figura 2; años compitiendo ($M = 2.64$; $DT = 1.50$), entrenaban más de cuatro días a la semana ($M = 4.06$; $DT = 1.2$), con sesiones de entrenamiento superiores a dos horas diarias ($M = 2.54$; $DT = .78$) y llevaban compitiendo con su mismo entrenador una ($M = 3.02$ años; $DT = 1.39$). Los 821 cuestionarios recogidos se aprovecharon en su totalidad al cumplir todos los requisitos necesarios para su procesamiento en el presente trabajo.



Recopilación de la información

Antes de la aplicación de los cuestionarios en la Universiada Nacional 2012 Veracruz, se contactó con los responsables de cada deporte. Las encuestas fueron realizadas de forma individual y grupal según se prestara la situación. Se decidió que las aplicaciones se hicieran en los hoteles donde se encontraban alojados los deportistas, por las experiencias obtenidas en las universiadas 2010 y 2011, porque es el contexto más apropiado para alejarlos de cualquier estímulo que los pudiera distraer. Los deportistas participaron voluntaria y anónimamente, tardando un promedio de 25 minutos en contestar los tres instrumentos de medición. Al menos dos encuestadores y un investigador estuvieron presentes para la instrucción correspondientes y poder contestar cualquier duda que pudiera surgir, en todo momento se respetó el anonimato de los participantes. Finalmente, los datos

recolectados fueron introducidos en una hoja de Microsoft Excel como una base de datos y posteriormente transferidos al SPSS V. 21.

Definición de las variables

Para lograr conseguir las conclusiones de las hipótesis planteadas, es necesario definir conceptual y operacionalmente las diferentes variables involucradas en el presente estudio, por lo cual, a continuación se presentan dichas definiciones. Los instrumentos utilizados para el presente estudio han sido la Escala de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS; Tristán, Segura, Magaña y López-Walle, 2012), la Escala de la Frustración de las Necesidades Psicológicas (FR-N; López-Walle, Tristán, Cantú-Berrueto, Zamarripa y Cocca, 2013) y la Escala de Afectos Positivos y Negativos (PANAS; Caballo, 2006).

Descriptivos y fiabilidad de las escalas

Los descriptivos y los coeficientes de fiabilidad (alfa de Cronbach) de las medidas del estudio se presentan en la Tabla 2. Todos los coeficientes de fiabilidad cumplen el criterio mínimo de .80 determinado para las escalas del dominio psicológico (Nunnally, 1978), los deportistas mostraron un promedio alto en cada una de las escalas, por arriba del punto medio nominal de la escala de respuestas. Los instrumentos utilizados con una consistencia interna elevada (alfa de Cronbach oscilando el rango entre .84 mínima y como máxima .95). La percepción del estilo de control del entrenador presentó una correlación positiva y significativa con la frustración de las necesidades psicológicas básicas, así mismo la frustración de las necesidades psicológicas básicas actuaron como predictor positivo para los afectos negativos.

Tabla 2.

Descriptivos y consistencia interna de cada variable del estudio.

Variables	Nº de Ítems	M	DT	α
1. Conducta controladora del entrenador (CCBS)	15	2.97	1.56	.95
2. Frustración de las necesidades básicas (FR-N)	12	2.94	1.50	.95
3. Afectos Negativos (A-N)	10	2.08	.76	.84

El coeficiente *alfa* de Cronbach adopta valores de .95 para la Escala Conducta Controladora del Entrenador (CCBS), de .95 para la escala de Frustración de las Necesidades Básicas (FR-N), y de .84 para la Escala de Afectos Negativos (A-N). El análisis de fiabilidad mostro que todos los ítems correlacionaban por encima de .30 con el resto de los ítems de su escala, no aumentando el coeficiente Alfa de Cronbach con la eliminación de ninguno de los ítems.

Escala de conductas controladoras del entrenador (CCBS) **Definición y descripción del instrumento.**

Para la presente investigación se utilizó la versión mexicana (CCBS, Tristán et al., 2012) del *cuestionario conductas controladoras del entrenador* (Tabla 3) adaptada de la versión española (Castillo, Fabra, Marcos, Gonzales, Bartholomew y Balaguer 2010). El instrumento está compuesto por 15 ítems divididos en cuatro factores (uso controlador de recompensas, atención condicional negativa, intimidación, excesivo control personal). El cuestionario se inicia con la frase: “En mi equipo de entrenamiento...” y las respuestas se escogen en una escala tipo Likert que oscila desde (1) totalmente en desacuerdo a (7) totalmente de acuerdo. Para el presente estudio se utilizó la puntuación media en la escala total. Un ejemplo, de un ítem de cada factor que conforma la escala sería: “Mi entrenador trata de animarme (motivarme) prometiéndome premios si lo hago bien” (*uso controlador de*

recompensas), “Mi entrenador es poco amistoso conmigo cuando no me esfuerzo en ver las cosas a su manera” (*atención condicional negativa*), “Mi entrenador me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas” (*intimidación*) y “Mi entrenador espera que toda mi vida se centre en el deporte que practico” (*excesivo control personal*).

Tabla 3
Ítems que componen el cuestionario conductas controladoras del entrenador (CCBS)

Sub-escala	Ítems.
Atención condicional negativa	1 Mi entrenador es poco amistoso conmigo no me esfuerzo en ver las cosas a su manera.
	4 Mi entrenador me apoya menos cuando no estoy entrenando o jugando bien en los partidos.
	8 Mi entrenador me presta menos atención cuando está disgustado conmigo.
	12 Mi entrenador me acepta menos, si le he decepcionado.
Intimidación	2 Mi entrenador me grita delante de los otros para que haga determinadas cosas.
	6 Mi entrenador amenaza con castigarme para “mantenerme a raya” durante el entrenamiento.
	9 Mi entrenador me acobarda (me intimida) para conseguir que haga lo que él quiere que haga.
	13 Mi entrenador me avergüenza delante de los demás si no hago las cosas que él quiere que haga
Uso controlador de recompensas	3 Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que me centre en las tareas durante el entrenamiento.
	7 Mi entrenador trata de animarme (motivarme) prometiéndome premios si lo hago bien.
	11 Mi entrenador sólo utiliza premios y/o halagos para conseguir que termine todas las tareas que ha puesto durante el entrenamiento.
	14 Mi entrenador solo utiliza premios y/o halagos para hacerme entrenar mas duro.
Excesivo control personal	5 Mi entrenador intenta controlar lo que hago en mi tiempo libre.
	10 Mi entrenador trata de entrometerse en aspectos de mi vida fuera del entrenamiento.
	15 Mi entrenador espera que toda mi vida se centre en el deporte que practico.

Propiedades psicométricas del instrumento

Los resultados del análisis de fiabilidad realizado a la versión mexicana del cuestionario conductas controladoras del entrenador (CCBS, Tristán et al., 2012) se presentan en la Tabla 4.

La consistencia interna del CCBS, se ha examinó a través del coeficiente alfa de Cronbach siguiendo los siguientes dos criterios: a) eliminar aquellos ítems cuya eliminación produjese un aumento del coeficiente alfa y b) eliminar aquellos ítems cuya correlación con el resto de ítems de la escala fuera inferior a .30.

El coeficiente de Alfa de Cronbach del cuestionario muestra una consistencia interna del conjunto de los 15 ítems. Los cuatro factores y sus respectivos ítems se exponen en las Tablas 3 y 4.

Tabla 4
Análisis consistencia interna, Escala conductas controladoras del entrenador (CCBS)

Sub-escala	Ítems	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Atención condicional negativa	1	39.82	483.52	.62	.51	.95
	4	39.87	478.22	.69	.54	.95
	8	40.01	473.38	.74	.62	.95
	12	40.46	471.82	.83	.76	.94
Intimidación	2	39.86	477.21	.66	.56	.95
	6	40.42	471.73	.79	.65	.94
	9	40.51	469.62	.82	.74	.94
	13	40.54	468.03	.83	.77	.94
Control del uso de recompensas	3	40.34	482.57	.69	.57	.95
	7	39.93	488.56	.57	.39	.95
	11	40.67	477.98	.79	.78	.94
	14	40.55	476.31	.77	.74	.95
Excesivo control personal	5	40.46	477.63	.74	.61	.95
	10	40.57	474.05	.79	.70	.94
	15	40.21	473.74	.74	.59	.95

El coeficiente alfa de Cronbach de la escala completa fue de .95. El análisis de fiabilidad mostró que todos los ítems correlacionaban por encima de .30 con el resto de los ítems de su escala, no aumentando el coeficiente *alfa* de Cronbach con la eliminación de ninguno de los ítems. La correlación más elevada es el ítem 13 “Mi entrenador me avergüenza delante de los demás si no hago las cosas que él quiere que haga” ($r = .83$), siendo la correlación más baja la que obtiene el ítem 7 “Mi entrenador trata de animarme (motivarme) prometiéndome premios si lo hago bien” ($r = .57$). Las cuatro sub-escalas fueron utilizadas como variables de indicadores de un comportamiento latente del control del entrenador.

Escala de frustración de las necesidades psicológicas básicas (FR-N)

Definición y descripción de los instrumentos.

*La frustración de las necesidades psicológicas básicas se evaluó mediante la versión mexicana (FR-N; López-Walle et al., 2013) de la escala de frustración de las necesidades psicológicas básicas adaptada de la versión española de Balaguer et al. (2010). La escala tiene 12 ítems agrupados en tres sub escalas que evalúan el grado en el que los deportistas perciben que se frustran sus necesidades psicológicas básicas. Las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de 7 puntos con un rango que oscila desde (1) totalmente en desacuerdo a (7) totalmente de acuerdo. Un ejemplo, de un ítem de cada factor sería: “Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte” (*autonomía*), “En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en mi deporte” (*competencia*), y “En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean” (*relación*).*

Propiedades psicométricas del instrumento

Los resultados del análisis de fiabilidad realizado a la versión mexicana de la escala de frustración de las necesidades psicológicas básicas (FR-N; López-Walle et al., 2013) se presentan en la Tabla 7.

En el presente trabajo, la medición de la frustración de las necesidades de autonomía, competencia y relaciones se llevará a cabo de manera conjunta, los tres factores y sus respectivos ítems se exponen en las Tablas 5 y 6. Diversos autores en trabajos previos apoyan la utilización de esta escala como una medida global de la frustración de las tres necesidades (Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012 y Lopez-Walle et al., 2013).

La consistencia interna de la escala de FR-N se ha examinó a través del coeficiente alfa de Cronbach siguiendo los siguientes dos criterios: a) eliminar aquellos ítems cuya eliminación produjese un aumento del coeficiente alfa y b) eliminar aquellos ítems cuya correlación con el resto de ítems de la escala fuera inferior a .30.

Tabla 5
Factores que conforman el cuestionario de la Escala Frustración de las Necesidades Básicas (FR-N; López-Walle et al., 2013).

Factores	Ítems
Autonomía	1, 3, 5, 7
Competencia	2, 6, 9, 11
Relación	4, 8, 10, 12

El coeficiente de Alfa de Cronbach del cuestionario muestra una consistencia interna del conjunto de los 12 ítems. Los tres factores y sus respectivos ítems se exponen en las Tablas 7.

Tabla 6
Ítems que conforman el conjunto de la Escala Frustración de las Necesidades Básicas (FR-N)

Sub-escala	Ítems
Autonomía	1 Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte
	3 En mi deporte me siento presionado para comportarme de una forma determinada
	5 Me siento obligado a cumplir las decisiones de entrenamiento que se toman para mí en mi deporte
	7 Me siento presionado para aceptar las reglas de entrenamiento que me dan en mí deporte
Competencia	2 Hay situaciones en mi deporte que me hacen sentir ineficaz
	6 Me siento incompetente como futbolista porque no me dan oportunidades para desarrollar mi potencial
	9 En mi deporte hay situaciones que me hacen sentir incapaz
Relación	11 En ocasiones me dicen cosas que me hacen sentir incompetente en mi deporte
	4 En mi deporte me siento rechazado por los que me rodean
	8 En mi deporte siento que los demás no me tienen en cuenta
	10 Siento que hay personas de mi equipo a las que no les gusto
	12 Tengo la sensación de que otras personas de mi equipo me envidian cuando tengo éxito

El coeficiente de alfa de Cronbach de la escala de FR-N fue de .95. Los resultados del análisis de fiabilidad realizado a la escala mostró que todos los ítems correlacionaban por encima de .30 con el resto de los ítems. La correlación más elevada corresponde al ítems 8 de la subescala de *relación* ($r = .85$) “En mi deporte siento que los demás no me toman en cuenta”, siendo en cambio, el ítems 1 de la subescala de *autonomía* “Siento que se me impide tomar decisiones respecto a mi forma de entrenar en mi deporte”, el ítem que obtuvo la correlación más baja ($r = .64$).

Tabla 7

Análisis consistencia interna de la Escala Frustración de las Necesidades Básicas (FR-N)

Sub-escala	Ítems	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Autonomía	1	31.64	290.02	.64	.48	.95
	3	31.63	283.55	.78	.65	.95
	5	31.33	282.52	.73	.56	.95
	7	31.74	279.48	.82	.71	.95
Competencia	2	31.42	287.03	.70	.58	.95
	6	31.77	279.17	.80	.66	.95
	9	31.69	276.29	.85	.78	.95
	11	31.78	277.98	.84	.77	.95
Relación	4	32.02	280.27	.83	.72	.95
	8	31.93	277.07	.85	.78	.95
	10	31.65	277.47	.82	.75	.95
	12	31.47	279.78	.73	.62	.95

Escala de afectos positivos y negativos (PANAS).

Definición y descriptivos de los instrumentos.

Para evaluar el afecto negativo se utilizó la subescala de afecto negativo del Inventario de Afecto Positivo y Negativo (Caballo, 2006) (Positive Affect and Negative Affect Schedule [PANAS]; Watson, Clark y Tellegen, 1988). La escala consta de 20 adjetivos asociados a los sentimientos y emociones habituales 10 ítems para evaluar el afecto positivo (e.g., “excitado”) y 10 ítems que mide el afecto negativo (e.g., “angustiado”). El PANAS fue diseñada para evaluar el estado de ánimo en varias escalas de tiempo mediante la alteración de las instrucciones. Las escalas de tiempo posibles incluyen momentos, hoy, pasado, unos días, semanas, pasadas unas semanas, años y general. El inventario estaba precedido del siguiente encabezado: “Indique el

grado en el que, por lo general, experimenta las opciones siguientes durante el entrenamiento/práctica en lo general”. Para este estudio sólo se utilizaron los 10 adjetivos correspondientes al afecto negativo. Los deportistas respondieron sobre una escala de tipo Likert, con respuestas que van desde 1 (nada) a 5 (extremadamente).

Propiedades psicométricas del instrumento

El inventario de afectos negativos utilizado en nuestro estudio Tabla 8, ya ha sido validado por (Caballo, 2006) y ha sido utilizada en el deporte en México por Tristán, López-Walle, Cantú, Zamarripa y Sánchez (2013).

Tabla 8

Ítems que conforman la sub escala de Afectos Negativos (Caballo, 2006)

Afectos Negativos	
2	Angustiado
4	Disgustado
6	Culpable
7	Asustado
8	Hostil (agresivo)
11	Irritable
13	Avergonzado
15	Nervioso
18	Inquieto
20	Temeroso (Inseguro)

La consistencia interna de la subescala de afectos negativos del inventario se ha examinó a través del coeficiente alfa de Cronbach siguiendo los siguientes dos criterios: a) eliminar aquellos ítems cuya eliminación produjese un aumento del coeficiente alfa y b) eliminar aquellos ítems cuya correlación con el resto de ítems de la escala fuera inferior a .30.

El coeficiente de Alfa de Cronbach del cuestionario muestra una consistencia interna del conjunto de los 10 ítems. El factor de afecto negativos y sus respectivos adjetivos se exponen en las Tabla 8.

En la Tabla 9 se presentan los resultados del análisis de fiabilidad de la subescala de afectos negativos (AN) del inventario. El coeficiente de alfa de Cronbach de la subescala fue de .84. Todos los ítems de la subescala mostraron correlaciones por encima de .30 con el resto de ítems. La correlación más elevada corresponde al ítems 6 “culpable” y 7 “asustado” ($r = .64$). En cambio, el ítem 18 “inquieto” fue el que presentó la correlación más baja ($r = .36$).

Tabla 9
Análisis consistencia interna de la sub escala de afectos negativos

Ítems	Media de la escala si se elimina el elemento	Varianza de la escala si se elimina el elemento	Correlación elemento-total corregida	Correlación múltiple al cuadrado	Alfa de Cronbach si se elimina el elemento
Angustiado	18.56	48.43	.53	.42	.83
Disgustado	18.82	48.20	.63	.52	.82
Culpable	19.09	48.94	.64	.49	.82
Asustado	18.84	48.10	.64	.50	.82
Hostil (agresivo)	18.63	48.56	.52	.33	.83
Irritable	19.07	50.04	.59	.39	.82
Avergonzado	19.13	49.80	.58	.37	.82
Nervioso	18.03	50.55	.40	.28	.84
Inquieto	17.78	51.33	.36	.16	.84
Temeroso (Inseguro)	18.88	48.78	.58	.44	.82

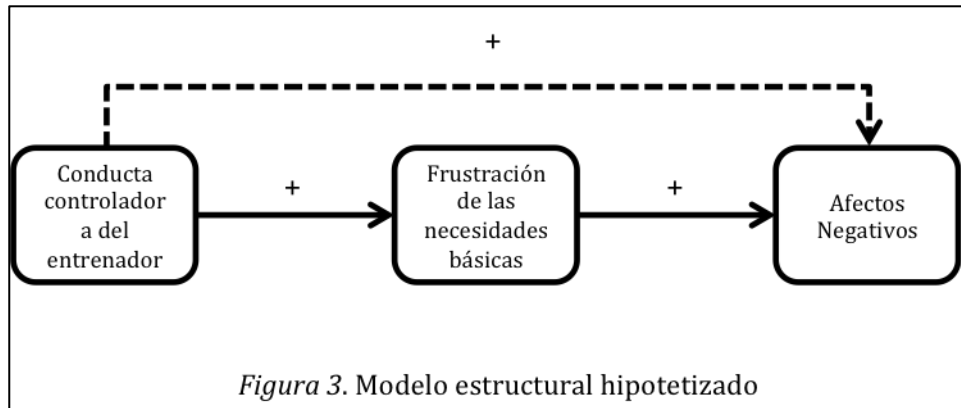
Análisis de datos

Los análisis estadísticos empleados en esta investigación se describen en las secciones a continuación.

Análisis descriptivo. Se llevó a cabo para obtener información sobre las características de la muestra y de las variables incluidas en el estudio.

Análisis factorial confirmatorio. Se utilizó para comprobar la estructura factorial de los instrumentos utilizados en el presente estudio.

Modelo de ecuaciones estructurales. Se utilizó para obtener una representación estadística del modelo expuesto en la Figura 3.



Los diferentes análisis factorial confirmatorios y el modelo de ecuaciones estructurales se llevaron a cabo mediante el programa Amos 17.0 de SPSS utilizando el método de estimación de Máxima Verosimilitud. El ajuste del modelo se examinó utilizando múltiples índices de bondad de ajuste que corrigen el inconveniente del estadístico, grados de libertad (χ^2/gl ; Wheaton, Muthén, Alwin y Summers, 1977) consideraron que un valor aproximado o inferior a 5 demostraba un buen ajuste. Para la raíz del promedio del error de aproximación (Root Mean Square Error of Approximation [RMSEA]; Steiger y Lind, 1980) se consideran valores entre 0.05 y 0.10 aceptable, igual o menor que 0.08 es optima (Cole y Maxwell, 1985). El índice de ajuste normativo (Normed Fit Index [NFI]; Bentler y Bonett, 1980), el índice de ajuste comparativo (Comparative Fit Index [CFI]; Bentler, 1990). Valores de NFI, CFI y NFI por encima de .90 indican un ajuste aceptable y el 1 representa un ajuste perfecto (Hu y Bentler, 1995).

CAPÍTULO III

Resultados

En el presente capítulo se presentan en primer término los resultados del análisis de normalidad de los datos. Además se presentan los resultados del análisis descriptivo de cada una de las variables de nuestro estudio en función del género, edad, tipo de deporte, años con el entrenador, horas de entrenamiento, días de entrenamiento y años compitiendo en su deporte. En segunda instancia, se muestran los resultados descriptivos y las correlaciones entre las distintas variables del estudio. Finalmente, se presentan los resultados de la puesta a prueba del modelo hipotetizado y los resultados del análisis de mediación.

Previo a los análisis principales, se calculó el número de datos perdidos, para determinar su tratamiento. Según Tabachnick y Fidell (2007), cuando se pierde menos del 5% de los datos en el conjunto de la muestra, se producen resultados similares. Sin embargo, se optó por remplazar los datos perdidos con base a la media del sujeto del factor/variable que se evaluaba.

Los resultados de la prueba de Kolmogorov-Smirnov para analizar la normalidad de los datos se presentan en la Tabla 10.

Tabla 10.
Prueba de normalidad de las variables del estudio

Variables	Kolmogorov-Smirnov		
	Estadísticos	<i>gl</i>	<i>Sig.</i>
Conducta controladora del entrenador. (CCBS)	.104	810	.000
Frustración de las necesidades Básicas. (FR-N)	.097	810	.000
Afectos Negativos. (A-N)	.124	810	.000

Resultados descriptivos e inferencial de las variables sociodemográficas

En la Tabla 11 se presentan los resultados descriptivos de cada una de las variables del estudio en función del género. Los resultados mostraron que los hombres perciben más el estilo controlador del entrenador. Lo mismo pasó con la frustración de las necesidades y y afectos negativos ya que los hombres tuvieron una puntuación más alta en ambas variables con respecto a las mujeres.

Tabla 11

Estadísticos Descriptivos según la escala y el género de los deportistas

Escala	Genero	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Mínimo	Máximo
CCBS	Hombres	525	3.05	1.59	1.00	7.00
	Mujeres	288	2.08	1.46	1.00	7.00
	Total	813	2.96	1.55	1.00	7.00
FR-N	Hombres	525	2.99	1.54	1.00	7.00
	Mujeres	288	2.82	1.37	1.00	7.00
	Total	813	2.93	1.48	1.00	7.00
AN	Hombres	519	2.05	.81	1.00	5.00
	Mujeres	283	1.96	.73	1.00	5.00
	Total	802	2.02	.78	1.00	5.00

Los deportistas fueron agrupados según su edad en los grupos siguientes: con 20 y menos años, con 21 y 22 años y con 23 o más años. Los resultados revelaron puntuaciones más altas en el grupo con 20 y menos años para las variables de estilo controlador del entrenador ($M = 3.07$), la frustración de las necesidades básicas ($M = 2.11$) y para los afectos negativos ($M = 3.16$). Dichos resultados se muestran en la Tabla 12.

Tabla 12

Estadísticos Descriptivos agrupados en rango de edad de los deportistas

Escala	Edad	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Mínimo	Máximo
CCBS	≤ 20	314	3.07	1.55	1.00	7.00
	21 – 22	284	2.98	1.56	1.00	7.00
	≥ 23	194	2.74	1.49	1.00	7.00
	Total	792	2.96	1.54	1.00	7.00
FR-N	< = 20	314	3.16	1.51	1.00	7.00
	21 - 22	284	2.89	1.48	1.00	7.00
	23 o <	194	2.58	1.34	1.00	6.50
	Total	792	2.92	1.48	1.00	7.00
A-N	< = 20	310	2.11	.79	1.00	4.80
	21 -22	279	2.00	.77	1.00	5.00
	23 o <	192	1.85	.73	1.00	4.40
	Total	781	2.01	.78	1.00	5.00

En la Tabla 13 se presentan los descriptivos de las variables del estudio según el tipo de deporte (Individuales y de Conjunto). Los resultados revelan puntuaciones más altas del la percepción de un estilo controlador por parte del entrenador y la frustración de las necesidades psicológicas básicas en los deportistas individuales en comparación con los de conjunto. No obstante, las puntuaciones de los afectos negativos fueron ligeramente más altas en los deportistas de conjunto que en los deportistas individuales.

Tabla 13

Estadísticos Descriptivos según la clasificación del deporte

Escala	Deporte	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Mínimo	Máximo
CCBS	Individual	513	3.08	1.56	1.00	7.00
	Conjunto	297	2.78	1.53	1.00	7.00
	Total	810	2.97	1.55	1.00	7.00
FR-N	Individual	513	2.96	1.49	1.00	7.00
	Conjunto	297	2.90	1.48	1.00	7.00
	Total	810	2.94	1.49	1.00	7.00
AN	Individual	505	2.01	.80	1.00	5.00
	Conjunto	294	2.05	.78	1.00	5.00
	Total	799	2.02	.79	1.00	5.00

Otra variable que también se analizó fue los días de entrenamiento. Los resultados mostraron que aquellos deportistas que entrenan seis días mostraron que percibían más el estilo controlador de su entrenador y la frustración de sus necesidades básicas. Respecto a los afectos negativos, los que dijeron entrenar siete días a la semana presentaron puntuaciones más altas de este tipo de afecto (Tabla 14).

Tabla 14
Estadísticos Descriptivos según los días de entrenamiento

Escala	Días Entrenamiento	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>DT</i>	Mínimo	Máximo
CCBS	2 días	47	2.69	1.63	1.00	7.00
	3 días	53	2.98	1.50	1.00	5.87
	4 días	86	2.79	1.49	1.00	7.00
	5 días	291	2.99	1.52	1.00	7.00
	6 días	269	3.05	1.60	1.00	7.00
	7 días	54	2.89	1.56	1.00	7.00
	Total	800	2.97	1.55	1.00	7.00
FR-N	2 días	47	2.73	1.39	1.00	5.58
	3 días	53	2.95	1.36	1.00	6.67
	4 días	86	2.86	1.46	1.00	7.00
	5 días	291	2.91	1.50	1.00	7.00
	6 días	269	3.00	1.50	1.00	7.00
	7 días	54	2.97	1.64	1.00	7.00
	Total	800	2.93	1.49	1.00	7.00
A-N	2 días	47	1.92	.74	1.00	3.50
	3 días	53	2.08	.76	1.00	4.10
	4 días	86	2.00	.76	1.00	3.70
	5 días	288	2.00	.78	1.00	4.80
	6 días	264	2.04	.77	1.00	5.00
	7 días	51	2.10	1.06	1.00	5.00
	Total	789	2.02	.79	1.00	5.00

En la Tabla 15 se presentan los descriptivos de las variables del estudio en función de las horas de entrenamiento. En la Tabla 15 se observa que aquellos que dijeron tener cinco horas de entrenamiento percibieron un mayor estilo controlador por parte de su entrenador y mayor afectos negativos. Por su parte aquellos que

dijeron entrenar cuatro horas tuvieron una mayor frustración de las necesidades psicológicas básicas.

Tabla 15
Estadísticos Descriptivos según Horas de entrenamiento

Escala	Horas de Entrenamiento	N	M	SD	Mínimo	Máximo
CCBS	1 hora	32	2.79	1.77	1.00	7.00
	2 horas	409	2.90	1.52	1.00	7.00
	3 horas	278	3.02	1.50	1.00	6.87
	4 horas	72	3.09	1.73	1.00	7.00
	5 horas	15	3.49	1.84	1.00	7.00
	Total	806	2.97	1.55	1.00	7.00
FR-N	1 hora	32	2.71	1.35	1.00	5.27
	2 horas	409	2.84	1.45	1.00	6.67
	3 horas	278	3.04	1.51	1.00	7.00
	4 horas	72	3.21	1.58	1.00	7.00
	5 horas	15	2.93	1.85	1.00	7.00
	Total	806	2.94	1.49	1.00	7.00
A-N	1 hora	32	1.88	.78	1.00	4.22
	2 horas	405	2.00	.80	1.00	5.00
	3 horas	274	2.08	.77	1.00	4.60
	4 horas	69	1.90	.66	1.00	3.80
	5 horas	15	2.54	1.30	1.00	5.00
	Total	795	2.02	.79	1.00	5.00

Los resultados del análisis descriptivo y la correlación entre las variables utilizadas, se pueden observar en la Tabla 16. En primer lugar, se presentan los descriptivos del Cuestionario de Conductas Controladoras del Entrenador (CCBS), donde los deportistas presentaron una percepción baja de la conducta controladora por parte de su entrenador. En segundo lugar la percepción de Frustración de las Necesidades Básicas (FR-N) también presentó una baja puntuación, y por último los deportistas reportaron como poco frecuentes los Afectos Negativos (AN). Los instrumentos utilizados resultaron con una consistencia interna elevada (coeficiente alfa entre .84 y .95).

Tabla 16

Estadística descriptiva y correlación entre variables

	Variables	Rango	<i>M</i>	<i>DT</i>	α	1	2
1	Conducta controladora del entrenador. (CCBS)	1-7	2.97	1.56	.95		
2	Frustración de las necesidades Básicas. (FR-N)	1-7	2.94	1.50	.95	.479**	
3	Afectos Negativos. (AN)	1-5	2.08	.769	.84	.334**	.468**

Nota. *M* = Media; *DT* = Desviación Típica; α = Alfa de Cronbach. La correlación es significativa ** $p < 0.01$.

Tal como se describió previamente, la evaluación del modelo hipotetizado (Figura 3) se llevó a cabo utilizando distintos índices de ajuste, los cuales fueron Chi cuadrado (X^2), Chi cuadrado sobre grados de libertad (X^2/gl), el índice de ajuste comparativo (CFI) y la raíz del promedio del error de aproximación (RMSEA). Los resultados de los índices antes mencionados se presentan en la Tabla 17.

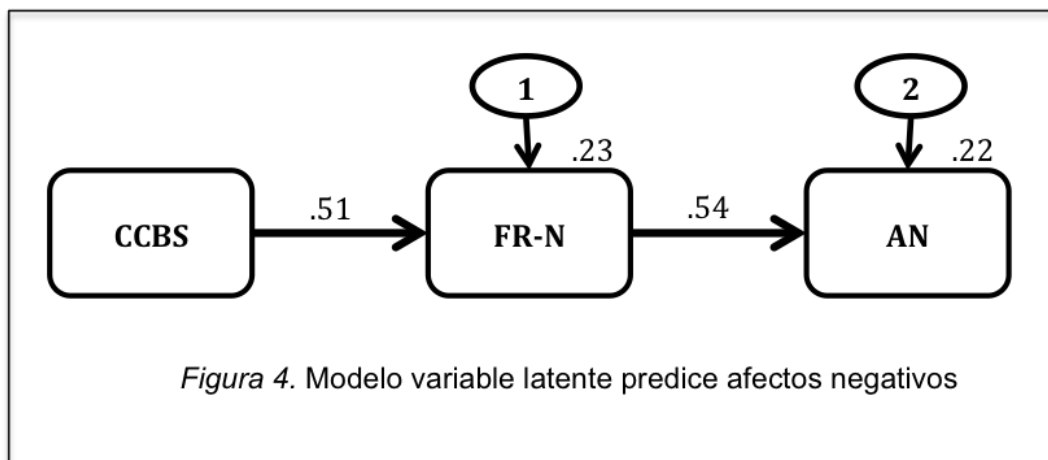
Tabla 17

Índices de ajuste para el análisis confirmatorio del modelo.

Índice	χ^2	gl	χ^2/gl	CFI	RMSEA
Modelo CCBS-FRN-AN	3183.95	626	5.08	0.90	0.71

Nota. CCBS= Conducta controladora del entrenador; FR-N= frustración necesidades psicológicas básicas; AN= Afectos negativos

Los resultados mostraron que la conducta controladora del entrenador actuó como predictor positivo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas. Asimismo, la frustración de las necesidades psicológicas básica actuó como predictor positivo de los afectos negativos (Figura 4).



Nota. CCBS= Conductas controladoras del entrenador; FR-N= frustración necesidades psicológicas básicas; A-N=afectos negativos.

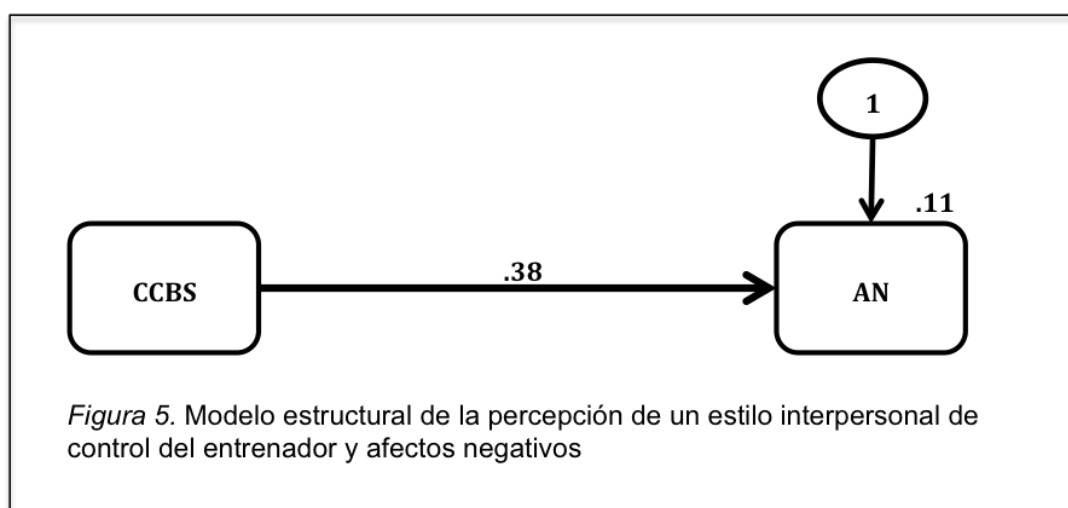
Análisis de la mediación

Con el fin de determinar si la asociación entre los cambios en el estilo de control del entrenador y los índices de afectos negativos fue mediada por cambios en la frustración de las necesidades psicológicas, el primer paso fue confirmar el modelo de estimación de la trayectoria directa del estilo de control (CCBS) y afectos negativos (AN).

Según el proceso de mediación como menciona Holmbeck (1997), para que una variable (B) mide la relación entre (A) y (C), se deben cumplir tres condiciones: (1) La relación directa entre (A) y (C) debe ser significativa y deberá haber un ajuste adecuado de los datos; (2) La relación directa entre (A) y (B) y entre (B) y (C) debe ser significativo y con adecuados índices de ajuste; a esto se le llama modelo restringido. Por ultimo, (3) un tercer modelo no restringido debe ser probado, donde (A) está directamente relacionada con (C) e indirectamente relacionado con (C) a través de (B). El último paso consiste en interpretar el efecto de la mediación con la

comparación entre la chi-cuadrado del modelo restringido con el modelo no restringido, mediante el uso de la prueba de la diferencia de chi-cuadrado.

Si no existen diferencias significativas entre el modelo sin restricciones y el restringido, la mediación se considera total. En otras palabras, la relación directa entre (A) y (C) deja de ser significativa cuando se toma la variable mediadora (B) en cuenta. Mientras que si hay diferencias entre el modelo sin restricción y el modelo restringido, la hipótesis de la mediación total se rechaza y debe llevarse a cabo un análisis más profundo para determinar si la mediación parcial puede ser considerada. La mediación parcial se considera si, teniendo en cuenta el efecto mediador de (B), el efecto directo de (A) sobre (C) disminuye sin dejar de ser significativo. Los resultados obtenidos muestran que la frustración de las necesidades básicas es un mediador parcial entre el estilo controlador del entrenador y los afectos negativos. Véase la Figura 5.



Nota. Todos los coeficientes son significativos ($p < 0.05$). correlación significativa ($p < 0.01$).

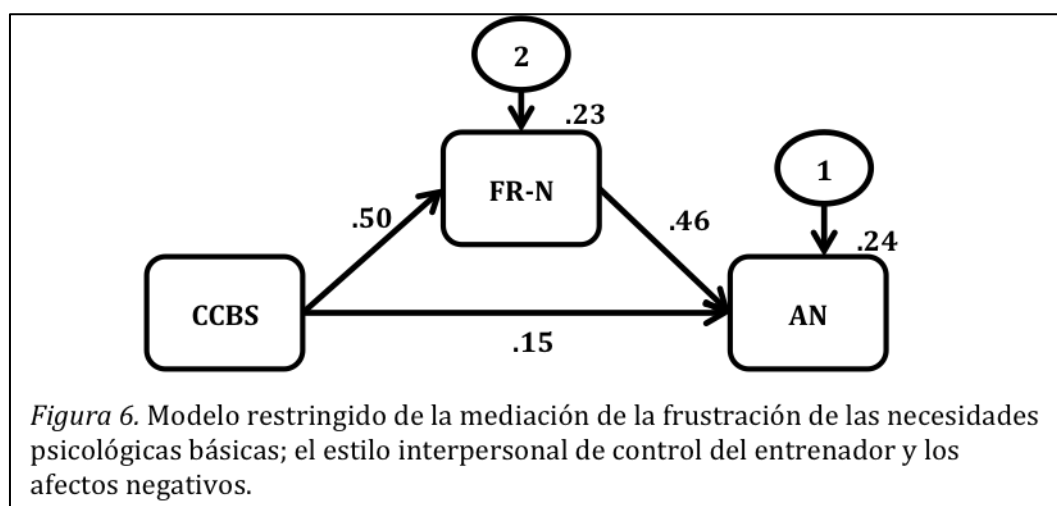
Nuevamente, se calcularon los índices de ajuste absoluto que fueron Chi cuadrado (χ^2), Chi cuadrado sobre grados de libertad (χ^2/gl); el índice de ajuste comparativo (CFI); y la raíz del promedio del error de aproximación (RMSEA) concernientes el modelo de estimación. Los resultados relativos a dichos índices se presentan en la Tabla 18.

Tabla 18

Índice de ajuste para el análisis confirmatorio del modelo

Índice	χ^2	gl	χ^2/gl	CFI	RMSEA
Modelo CCBS-A-N	1932.63	273	7.08	.90	0.08

El paso sucesivo fue examinar el ajuste al modelo restringido, que se refiere a una relación directa entre el estilo controlador (CCBS) y los afectos negativos (AN); la mediación de la frustración de las necesidades básicas (FR-N) como es mostrado en la Figura 6. Los resultados muestran una disminución del coeficiente de relación, ver Tabla 19, como se puede observar una mediación parcial, lo cual lleva a refutar la hipótesis planteada de una mediación total y a confirmar la mediación parcial.



En esta fase, se calcularon nuevamente los índices de ajuste absoluto Chi cuadrado (χ^2), Chi cuadrado sobre grados de libertad (χ^2/gl); el índice de ajuste comparativo (CFI); y la raíz del promedio del error de aproximación (RMSEA). El detalle de los resultados se presenta en la Tabla 19. Los resultados de los diferentes modelos estructurales nos muestran que todas las escalas o componentes del modelo poseen índices de ajuste satisfactorio.

Tabla 19
Índice de ajuste para el análisis confirmatorio del modelo.

Índice	χ^2	gl	χ^2/gl	CFI	RMSEA
Modelo CCBS-FRN-A-N	3169.16	625	5.07	.90	.070

Los resultados obtenidos son significativos y están en concordancia con exploraciones mostradas por varios investigadores, que han examinado la importancia de la frustración de las necesidades psicológicas en el deporte (Bartholomew Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani, 2011; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch y Thogersen-Ntoumani, 2011; Balaguer et al., 2012; Mallison y Hill, 2011; Stebbings, Taylor, Spray y Ntoumanis, 2012). Los resultados de estas investigaciones indicaron que la frustración de las necesidades psicológicas predijeron agotamiento emocional y físico (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani, 2011) depresión, trastornos alimenticios (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch, et al., 2011) y burnout (Balaguer et al., 2012). Por otra parte, la frustración de las necesidades psicológicas mediaba la relación entre el entorno social y el malestar (Balaguer et al., 2012).

En conjunto, los resultados de estos estudios indican que teniendo en cuenta el papel de la frustración de las necesidades psicológicas en el deporte podría mejorar nuestra comprensión en los mecanismos que contribuyen al malestar más allá de simplemente la falta de satisfacción de las necesidades psicológicas, haciendo un mayor estudio de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, un camino viable para la investigación (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani, 2011).

CAPÍTULO IV

Discusión y conclusiones

El presente estudio fue diseñado para evaluar la frustración de las necesidades psicológicas básicas (TNB; Ryan y Deci, 2000a) tomando como marco la teoría de las necesidades básicas, una de las seis sub teorías que componene la teoría de la autodeterminación (TAD; Deci y Ryan, 2000) en deportistas mexicanos que participaron en la Universiada Nacional 2012 Veracruz. Se formularon tres hipótesis: a) La percepción del estilo controlador actuará como predictor positivo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación); b) La frustración de las necesidades psicológicas básicas actuará como predictor positivo de los afectos negativos; y c) La frustración de las necesidades psicológicas básicas actúan como mediadoras de la relación entre la percepción del estilo controlador y los afectos negativos.

En relación a la primera hipótesis planteada, se esperaba que la percepción de los deportistas del estilo controlador ofrecido por el entrenador actuara como predictor positivo de la frustración de las necesidades básicas, tras el análisis de los resultados obtenidos se pudo confirmar la hipótesis planteada indicándonos que un estilo controlador por parte del entrenador actuó como predictor positivo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas de los atletas. Estos resultados están en relación con investigaciones deportivas pasada, de sección transversal (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosh et al., 2011) donde se puso de manifiesto que

un estilo de control percibido surgió como predictor positivo de la frustración de las necesidades.

Para Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosh et al. (2011) el estilo controlador del entrenador fue un mayor predictor de la frustración de las necesidades diarias, los deportistas que percibieron a su entrenador con conductas controladoras durante el entrenamiento, reportaron mayores niveles en la frustración de sus necesidades básicas, queda claro que la frustración de las necesidades psicológicas de los deportistas se da cuando los entrenadores crean un entorno de formación, de presión y de control. También, la investigación longitudinal con bailarines profesionales (Quested y Duda, 2011), que sugieren que el riesgo de rotura de los jóvenes deportistas se agrava cuando los entrenadores no fomentan y mantienen un estilo interpersonal de apoyo a la autonomía. Otros hallazgos muestran que los entrenadores que tratan de controlar y restringir los comportamientos de sus atletas fuera de su participación en el deporte pueden disminuir las necesidades de competencia y relación (e.g., Kerr y Stattin, 2000). Otro estudio con futbolistas de ambos sexos mostro que la percepción del estilo controlador actuaba como predictor positivo de la frustración de las necesidades básicas y a su vez se asociaba positivamente con la no motivación y de forma negativa con la motivación autónoma (López-Walle, Balaguer, Castillo, y Tristán, 2011).

Los resultados del presente trabajo ofrecen un panorama a la importancia del estilo controlador del entrenador como predictor de la frustración de las

necesidades básicas y la permanencia de los deportistas a seguir participando en los diferentes deportes de su agrado, por lo que es importante considerar las estrategias que emplea el entrenador para tener el control sin que el deportista pierda el interés en lo que hace o el deporte que practica, en definitiva este modelo predictivo supone un punto de apoyo para el diseño de programas de intervención por parte de los entrenadores en el ámbito deportivo en busca de estrategias menos controladoras donde los deportistas puedan tomar decisiones en la medida de sus posibilidades, seleccionar algunas actividades, y que se les pregunte como se sienten en la práctica y en las situaciones de competencia (Balaguer et al., 2012). En otras palabras, es importante que los entrenadores no utilicen recompensas y elogios para asegurar el cumplimiento de los atletas, ya que puede fomentar la percepción externa de control y debilitar los sentimientos de autonomía del deportista. En tales circunstancias estos incentivos extrínsecos (Amorose y Horn, 2000) pueden ser percibidos como control del comportamiento de los deportistas (Henderlong y Lepper, 2002) por lo tanto podría tener un impacto negativo sobre las necesidad de relacionarse. Estos resultados nos indican que el sentir controlados es importante para la percepción de malestar y que en la frustración de las necesidades psicológicas los entrenadores desempeñan un papel fundamental con sus atletas. En otro estudio longitudinal Tristán, Barbosa, Gonzalez, Ceballos y Tomas (2015) examinaron el estilo interpersonal del entrenador el cual predice burnout de los futbolistas durante la temporada, los resultados en este estudio mostraron en ambas tomas que la percepción del estilo controlador generado por el entrenador predice de forma positiva el Burnout.

En segundo lugar, se postuló que la frustración de las necesidades psicológicas básicas serían predictores de malestar en la práctica deportiva. Los resultados del estudio mostraron que la frustración de las necesidades psicológicas básicas juega un papel relevante ya que actúa como predictor positivos del malestar (afectos negativos). Los resultados de varias investigaciones indicaron que la frustración de las necesidades psicológicas predijeron agotamiento físico y emocional (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011; Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani, 2011; Balaguer et al., 2012; Mallison y Hill, 2011; Stebbings, Taylo, Spray y Ntoumanis, 2012) inquietudes de perfeccionistas se han asociado con mayores niveles de la frustración de las necesidades psicológicas en deportistas junior (Mallison y Hill, 2011). Se examinó el impacto emocional de la frustración de las necesidades mediante la exploración de cambios en los niveles diarios de afectos negativos desde antes y después del entrenamiento, los días en los que reportaron niveles más altos en la percepción de la frustración de la necesidad fue durante el entrenamiento, esto proporcionó un fuerte apoyo para la utilidad de considerar los controles interpersonales y la frustración de la necesidad en la predicción de la disminución del funcionamiento y el malestar del deportista. Todos estos estudios de sección transversal se llevaron acabo a partir de tres muestras independientes donde sugirieron que la manifestación de malestar en el deporte (e.g., los trastornos alimentarios, el burnout, la depresión, los afectos negativos, la sintomatología y el funcionamiento fisiológico perturbado) se relacionan más con la presencia de la frustración de la necesidad (Bartholomew, Ntoumaniss, Ryan, Bosch et al., 2011). La frustración de la necesidad psicológica de los entrenadores también se asoció con

malestar (Stebbing et al., 2012) y el burnout (Balaguer et al., 2012). En conjunto, los resultados de estos estudios indican que teniendo en cuenta el papel de la frustración de la necesidad psicológica en el deporte podría mejorar nuestra comprensión en los mecanismos que contribuyen al malestar más allá de simplemente de la falta de satisfacción de la necesidad psicológica, haciendo un mayor estudio de la frustración de la necesidad psicológica un cambio variable para posteriores investigaciones (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan y Thogersen-Ntoumani, 2011). El control del entrenador se relacionó con la percepción de la frustración de la necesidad que posteriormente fueron asociados con comportamientos (alimentación desordenada) y afectos (depresión), que se supone que representan los lados más oscuros de la existencia humana (Ryan y Deci, 2000). Otro estudio en deportistas mexicano que apoyan estos resultados (Trsitán, Lopez-Walle, Rios, Aguirre-Gurrola, Balaguer y Duda, 2014) estilo controlador del entrenador, la percepción de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, bienestar y malestar en los atletas.

Finalmente, podemos señalar que el grado de malestar que experimentan los deportistas puede depender de la medida en que los entrenadores fomenten las necesidades psicológicas básicas individuales de autonomía, competencia y relación. Cuando las necesidades se ven frustradas, las personas pueden llegar a sentir que todos los ambientes controlan sus acciones y evita que la persona haga frente a sus sentimientos internos para experimentar satisfacer sus necesidades, estas situaciones pueden llevar al atleta a exhibir sus respuestas de una forma negativa, Podemos decir que cuanto mayor sea el grado de control del entrenador percibido por el atleta más alto será el nivel de frustración de sus necesidades y como consecuencia los índices de

afectos negativos pero igualmente cuando el atleta percibe un control bajo por parte de su entrenador también reportara un nivel bajo de la frustración de las necesidades psicológicas básicas y bajo nivel de malestar.

Respecto a esta hipótesis podemos concluir que cuando las necesidades psicológicas básicas están siendo obstruidas (frustradas) los atletas percibirán que sus entornos son degradantes a su capacidad competitiva, sus relaciones frías y su autonomía está siendo controlada por lo que tendrá el potencial de conducir a una serie de resultados negativos.

En línea con las hipótesis planteadas en la presente investigación que fue analizar si la frustración de las necesidades psicológicas básicas actuaba como mediadores entre los factores sociales o estilo de control del entrenador y el indicador de malestar o afectos negativos, confirmando el modelo planteado, siguiendo los pasos de la mediación (Holmbeck, 1997) como se muestra en la Figura 5. Los resultados mostraron la función mediadora de la frustración de las necesidades psicológicas básicas, en conjunto (competencia, relación y autonomía) actuaron como mediadoras parciales significativas dentro del modelo propuesto. Estos resultados están en línea con los de la TAD, las necesidades psicológicas básicas constituyen los mediadores psicológicos entre los factores ambientales y la motivación que, a su vez, conllevan una serie de consecuencias cognitivas, afectivas y conductuales (Deci y Ryan, 2000a). Otros estudios indican que los efectos indirectos las conductas controladoras del entrenador muestran una mediación parcial, en otras investigaciones el estilo de control percibido tuvo un efecto positivo sobre el burnout a través de la frustración de las necesidades psicológicas básicas (ver Balaguer et al.,

2012). En otras investigaciones (Deci y Vansteenkiste, 2004; Ryan y Deci, 2002) de acuerdo con la TNB, las necesidades psicológicas básicas proporcionan el medio por el cual el medio ambiente social percibido facilita los índices de malestar. Al extender los hallazgos anteriores, la necesidad de competencia y relación mediaba parcialmente el vínculo con la vitalidad subjetiva proporcionada por el entrenador y el contexto social (e.g., Adie et al., 2008; Reiboth y Duda, 2006). En otro estudio de Quested y Duda (2011) sus resultados mostraron que sólo la autonomía y la competencia mediaban la asociación entre los cambios de apoyo a la autonomía y el burnout.

La justificación a los resultados mostrados en la Tabla 19. El estadístico χ^2 se trata de un estadístico (basado en la distribución χ^2) que mide la distancia existente entre la matriz de datos inicial y la matriz estimada por el modelo. Contrasta la hipótesis nula de que la matriz de observaciones y la matriz estimada son iguales. Sin embargo, deben realizarse diversas puntualizaciones al respecto. Las limitaciones relacionadas con la dependencia de este estadístico a un conjunto de supuestos restrictivos (normalidad multivalente, sensibilidad al tamaño muestral) sugieren que este estadístico sea más utilizado como un indicador de lo bien que el modelo reproduce la matriz de covarianza observada que como un contraste estadístico (Long, 1983; Jöreskog y Sörbom, 1993).

Entonces, la inclusión de la frustración de las necesidades como mediadoras nos permite comprender mejor y diferenciar los mecanismos por los que el clima creado por el entrenador puede afectar las experiencias del atleta y provocar sentimientos negativos.

Por lo tanto, en todos los ambientes deportivos el entrenador es una figura que se espera influya en la calidad y motivación de los atletas, creando ambientes agradables o desagradables, que podrá tener un impacto importante en la participación de los deportistas. Sin embargo, si el entrenador utiliza un estilo de control puede contribuir para que los deportistas abandonen o baje su rendimiento deportivo, ya que el entrenador influye en la participación sostenida y optima de los deportistas, por eso al frustrar las necesidades básicas de los deportistas, puede tener costos muy altos y ser relevante para el desarrollo del malestar en los mismos.

La participación en los diferentes deportes requiere intensas demandas físicas y altas presiones psicológicas que algunos deportistas perciben como una dificultad para manejar. Esto aunado al estilo controlador utilizado por los entrenadores, generan grandes probabilidades para frustrar las necesidades básicas de los deportistas. Es importante recordar que la frustración de las necesidades psicológicas tienen una naturaleza dinámica en los individuos es por ello que deben ser supervisadas constantemente con la finalidad de poder tomar decisiones a tiempo y no esperar a que los las personas dejen de participar en el deporte. Entonces, los entrenadores deberán fomentar o considerar la utilización de estrategias con las cuales los deportistas no se sientan controlados.

Sería interesante evaluar las conductas interpersonales de control independientemente y explorar que efectos individuales tiene en las tres necesidades psicológicas sobre el malestar, puede ser probable que algunos comportamientos mal adaptados del entrenador perjudiquen más a unos que a otros atletas.

Finalmente, los resultados del presente estudio apoyan las hipótesis del modelo y demostraron el valor de evaluar directamente la percepción del control de los entornos interpersonales y los sentimientos en la frustración de la necesidad psicológica y en la predicción de malestar. El conjunto de estos resultados obtenidos tiene una importante aportación teórica y práctica para el deporte y otros ámbitos de la vida, ya que las investigaciones hasta la fecha sobre los estilos interpersonales del entrenador son limitadas respecto a las implicaciones que tiene la frustración de las necesidades como predictores de afectos negativos. Sin embargo, los resultados confirman que el estilo controlador no solamente afecta las frustraciones de las necesidades psicológicas básicas de los niños (ver. Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2010) y jóvenes atletas (ver, Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011), sino, también, a los deportistas adultos que es el caso de la población objeto de estudio, además, se muestra que los jugadores presentan afectos negativos generalmente (ver, Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, Bosch et al., 2011), al mismo tiempo se observó que en las últimas semanas como es en el caso de los universitarios los deportistas mostraron afectos negativos.

También fue importante explorar las condiciones sociodemográficas. Las interacciones con otras personas, juegan un papel importante o bien sostener o frustrar las necesidades psicológicas básicas (Vallerand, Pelletier y Koestner, 2008). El control del entrenador fue el predictor más fuerte de la frustración de las necesidades, los atletas percibieron que cuando entrenan más de 6 días a la semana y más de 5 o más horas de entrenamiento. Esto puede dar lugar a un círculo vicioso en el que los atletas se sienten obligados a responder de una manera que potencialmente

desbaratan sus propias necesidades psicológicas sólo para mantener una relación satisfactoria con su entrenador (Mageau y Vallerand, 2003).

Ademas los resultados indicaron que los atletas entre 18 a 20 años de edad percibían que sus necesidades sean frustradas activamente en el entorno deportivo, en los deportes de conjunto y más en los varones que en las mujeres. La frustración de las necesidades psicológicas básicas puede conducir a adaptaciones defensivas de auto-protección (e.g., el desarrollo estilos de control regulados, motivos compensatorios o necesidades sustitutas y rígidos patrones de comportamiento) que tienen importantes consecuencias negativas para la salud y el bienestar (Niemic, Ryan y Deci, 2009; Ryan, Deci, Grolnick y La Guardia, 2006). En este sentido, es importante tener en cuenta la enorme influencia que pueden tener los factores sociales en los procesos psicológicos desarrollado por los deportistas (Martín-Albo, Nuñez y Navarro, 2003; Torregrosa, Cruz, Sousa, Viladrich, Vallamarín, Garcia-Mas y Palou, 2007), y la enorme relevancia que estas variables pueden tener en las implicaciones que muestran los jugadores.

Perspectivas futuras del estudio

Una dirección interesante para investigaciones futuras sería probar la generalidad de un modelo basado en la escala CCBS Estilo controlador del entrenador a través de cada una de sus variables (Atención condicional negativa, intimidación, control del uso de recompensas y excesivo control personal) y la influencia que podría tener en frustrar las necesidades psicológicas básicas (autonomía, relación y competencia) esto nos podría indicar cuál de las variable de la escala de las conductas controladoras del entrenador influye con mayor intensidad en la frustración de las

necesidades básicas, permitiendo desarrollar estrategias para asesorar al entrenador en la, o las variables que mayor incidencia tienen sobre la frustración de las necesidades.

Se considero importante resaltar algunas de las limitaciones que se presentaron en el estudio. Primero el estudio es de corte transversal, en cuanto a la metodología, impide observar los cambios en las diferentes variables en distintos momentos, lo que enriquecería el trabajo.

Segundo punto a considerar fue la nula participación de los entrenadores, en el estudio, ya que se consideró importante conocer el sexo del entrenador ya que los rasgos del entrenador puede influir positiva o negativamente en la percepción que el atleta tenga hacia el deporte que practica y la satisfacción que siente hacia la misma (Moreno y Hellín, 2001).

Tercero punto, fue el hecho de que, en la literatura disponible, se encontró poca información acerca del estilo controlador del entrenador y de los afectos negativos, ya que fuera de Bartholomew et al., (2011), Balaguer et al., (2012) son pocos los autores que lo han trabajado.

CAPÍTULO V

Referencias bibliográficas

- Adie, J. W., Duda, J. L. & Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivational and Emotional*, 32(3), 189-199.
- Amabile, T. M., DeJong, W. & Lepper, M. R. (1976). Effects of externally imposed deadlines on subsequent intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 92-98.
- Amorose, A. J. (2007). Coaching effectiveness: Exploring the relations between coaching behavior and self-determination. En M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination exercise and sport* (pp. 209-227). Champaign, IL: Human Kinetics
- Amorose, A. J. & Anderson-Butcher, D. (2007). Autonomy-supportive coaching and self-determination motivation in high school and college athletes: A test of self-determination theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 654-670.
- Amorose, A. J., & Horn, T. S. (2000). Intrinsic motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22(1), 63-84.
- Balaguer, I. (2007). Clima motivacional, calidad de la implicación y bienestar psicológico: Una propuesta de intervención en equipos deportivos. En A.

Blanco y J. Rodríguez Marín (Eds.), *Intervención Psicosocial* (pp.136-162).

Madrid: Pearson Prentice Hall.

Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., Ródenas, L. T., Rodríguez, A., Garcia-Merita, M. & Ntoumanis, N. (2010) Escala de frustración de las necesidades psicológicas, en el contexto deportivo: Análisis de las propiedades psicométricas. Comunicación presentada en *VII Iberoamericano Congress of Psychology*, Oviedo, Australia (Spain).

Balaguer, I., Gonzalez, L., Fabra, P., Castillo, I., Merce, J., & Duda, J. L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: A longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30, 1619-1629.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.

Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N. & Thogersen-Ntoumani, C. (2009). A review of controlling motivational strategies from a self-determination theory perspective: Implications for sports coaches. *International Review of Sport and exercise Psychology*, 2, 215-233.

Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N. & Thogersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 193-216.

Bartholomew, W. J., Ntoumanis, N., Ryan, R., Bosch, J. & Thogersen-Ntoumani, C. (2011). Self-determination theory and diminished human functioning: The role

- of interpersonal control and psychological need thwarting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37, 1459-1473.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., Ryan, R. & Thogersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological need thwarting in the sport context: Assessing the darker side of athletic experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33, 75-102.
- Barrow, J. C. (1977). The variables of leadership: *A review and conceptual framework. Academy of Management Review*, 2, 231-251.
- Baumeister, R. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497 – 529.
- Bentler, P. M. (1990). Comparative fit indexes in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238-246.
- Bentler, P. & Bonett, D. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance-structures. *Psychological Bulletin*, 88(3), 588-606.
- Benware, C. & Deci, E. L. (1984). Quality of learning with an active versus passive motivational set. *American Educational Research Journal*, 21, 755-765.
- Bouchard, C., Blair, S. & Haskell, W. (2007). Why study physical activity and health? En Bouchard, C., Blair, S. y Haskell, H. (Eds.), *Physical Activity and Health* (pp. 3-19). Champaign: Human Kinetics.
- Bowlby, J. (1979). *The making and breaking of affectional bonds*. London: Tavistock.
- Brustad, R. J. (1988). Affective outcomes in competitive youth sport: The influence of intrapersonal and socialization factors. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 10, 307-321.

- Butcher, J., Lindner, k. J. & Johns, D. P. (2002). Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study. *Journal of Sport Behavior*, 25, 145-163.
- Carratalá, E. (2004). Analisis de la Teoria de la meta de logro y de la Auto-determinación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana. Tesis Doctoral. Valencia: Universidad de Valencia, Valencia.
- Castillo, I., Fabra, P., Marcos, D., Gonzalez, L., Bartholomew, K. J., Fuentes, A. & Balaguer, I. (2010). El estilo controlador del entrenador: análisis de las propiedades psicométricas. Simposio sobre “adaptación y validación de cuestionario en psicología del deporte”. *VII Congreso Iberoamericano de psicología*. Ovideo.
- Castillo, I, González, L., Fabra, P., Mercé, J., & Balaguer, I. (2012). Estilo interpersonal controlador del entrenador, frustración de las necesidades psicológicas básicas, y burnout en futbolistas infantiles. *Cuadernos de psicología del deporte*, 12(1), 143-146.
- Chelladurai, P. (2007). Leadership in sports. En G. Tenenbaum & R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd.,pp 113-135). New York: John Wiley.
- Chelladurai, P. & Reimer, H. A. (1998). Measurement of leadership in sport. En J. L. Duda (Ed.), *Advances in sport and exercise psychology measurement* (pp.213-226). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Chelladurai, P. & Saleh, S. D. (1980). Dimensions of leader behavior in sports: Development of a leadership style. *Journal of Sport Psychology*, 2, 34-45.
- Chrirkov, V., Kim, Y., Ryan, R. M. & Kaplan, U. (2003). Differentiating Autonomy From Individualism and Independence: A Self-Determination Theory Perspective on

- Internalization of Cultural Orientations and Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(1), 97-110.
- Cohen, S., Sherrrod, D. R. & Clark, M. S.(1986). Social skills and the stress-protective role of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 963-973
- Connell, J. P (1990). Context, self and action: a motivational analysis of self-system processes across the life-span. In *The self in transition: Infancy to Chodbood*, edited by D. Cicchette and M. Beeghy. Chicago IL.: University of Chicago Press.
- Cole, D., & Maxwell, S. E. (1985). Multitrait-multimethod comparisons across populations: A confirmatory factor analysis approach. *Multivariate Behavioral Research*, 18, 147-167.
- Crawford, J. & Henry, J. (2004). The Positive and Negative Affect Schedule (PANAS): Construct validity, measurement properties and normative data in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, 43, 245-265.
- Cresswell, S. L. & Eklund, R. C. (2005a). Changes in athlete burnout and motivation over a 12-week league tournament. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37(11), 1957-1966.
- Cresswell, S. L. & Eklund, R. C. (2005b). Motivation and burnout among top amateur rugby players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 37(3), 469-477.
- Cresswell, S. L. & Eklund, R. C. (2006). Athlete burnout: Conceptual confusion, current research and future research directions. En S. Hanton & S.D. Mellalieu (Eds.), *Literature reviews in sport psychology* (pp. 91-126). Hauppauge, NY: Nova Science Publishers.

- Cresswell, S. L. & Eklund, R. C. (2007). Athlete burnout: A longitudinal qualitative study. *Sport Psychologist*, 21(1), 1-20.
- Csikszentmihalyi, M. & Rauthunde, K. (1993). The measurement of flow in everyday life: Toward a theory of emergent motivation. En J. E. Jacobs (Ed.). *Developmental perspectives on motivation* (pp. 57-97). Lincoln: University of Nebraska Press.
- DeCharm, R. (1968). Personal causation: The internal affective determinants of behavior. New York: Academic Press.
- Deci, E. L. (1971). Effects of externally mediated rewards on intrinsic motivation. *Journal of Personality & Social Psychology*, 18(1), 105-115.
- Deci, E. L. (1975). *Intrinsic motivation*. New York: Plenum.
- Deci, E. L. (1980). *The psychology of self-determination*. Lexington, MA: D.C. Heath.
- Deci, E. L., Betley, G. , Kahle, J. , Abrams, L. & Porac, J. (1981). When trying to win: Competition and intrinsic motivation. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 7, 79-83.
- Deci, E. L. & Cascio, W. F. (1972). *Changes in intrinsic motivation as a function of negative feedback and threats*. Trabajo presentado en Eastern Psychological Association, Boston.
- Deci, E. L., Cascio, W. F. & Krusell, J. (1975). Cognitive evaluation theory and some comments on the Calder, Staw critique. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 81-85.
- Deci, E. L., Eghrari, H., Patrick, B. C., & Leone, D. R. (1994). Facilitating internalization: The self-determination theory perspective. *Journal of Personality*, 62, 119-142.

- Deci, E. L., Koestner, R. & Ryan, R. M. (2001). Extrinsic reward and intrinsic motivation in education: Reconsidered once again. *Review of Educational Research*, 71, 1-27.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1980). The Empirical Exploration of Intrinsic motivation Processes. En L. Berkowitz (Ed.), *Advance in Experimental Social Psychology* (Vol. 13 ed., pp.39-80). New York: Academic Press.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985a). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19, 109-134.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985b). *Intrinsic Motivation and self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1987). The support of autonomy and the control of behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 1024-1037.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self: integration in personality. In R. Dienstbier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation. Perspective on motivation Vol. 38*, (pp. 237-288). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Deci, E. L. & Ryan R. M. (1995). Human autonomy: The basis for true self-esteem. En M. Kernis (Ed.), *Efficacy, agency, and self-esteem* (pp.31-49). New York: Plenum.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychology Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2002). *Handbook of self-determination research*. Rochester: The University of Rochester Press.

- Deci, E., & Ryan, R. (2014). Autonomy and Need Satisfaction in Close Relationships: Relationships Motivation Theory. En N. Weinstein (Ed.), *Human Motivation and Interpersonal Relationships* (pp. 53-73): Springer Netherlands.
- Deci, E. L., Schwartz, A. J., Sheinman, L. & Ryan, R. M. (1981). An instrument to assess adults' orientation toward control versus autonomy with children. *Journal of Education Psychology*, 73, 642 – 650.
- Deci, E. L. & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia*, 27, 23-40.
- Duda, J. L. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstanding. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Duda, J. L., & Balaguer, I. (2007). The coach-created motivational climate. En S. Jowett & D. Lavallee (Eds.), *Social psychology of sport* (pp. 117-130). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Fisher, C. D. (1978). The effects of personal control, competence, and extrinsic reward systems on intrinsic motivation. *Organizational Behavior and Human Performance*, 21, 273 – 1298.
- Fraser-Thomas, J., Coté, J. & Deaken, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10, 19-40.
- Fraser-Thomas, J., & Coté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experience in sport. *Sport Psychologist*, 23, 3-23.

- Frederick, C. M. & Ryan, R. M. (1995). Self-determination in sport: A review using cognitive evaluation theory. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 5-23.
- Gagne, M. & Deci, E. L. (2005) Self-determination theory and work motivation. *Journal of Organizational Behavior*, 26, 331-362.
- Gagne, M. & Blanchard, C. (2007). Self-determination theory and well-being in athletes. En M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport* (pp. 243-254). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gagné, M., Ryan, R. M. & Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 372-390.
- García-Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas*. Memoria de docencia e Investigación. Cáceres: Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad Extramuros.
- Gould, D. (1993). Intensive sport participation and the prepubescent athletes: Competitive stress and burnout. En B.R. Cahill & A.J. Pearl (Eds.), *Intensive participation in children's sport* (pp. 19-38). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D. (1996). Personal motivation gone awry: Burnout in competitive athletes. *Quest*, 48, 275-289.
- Gould, D. (2007). Understanding attrition in children's sport. En D. Smith & M. Bar-Eli (Eds.), *Essential readings in sport and exercise psychology* (pp. 401-411). Champaign, IL: Human Kinetics.

- Gould, D. & Dieffenbach, K. (2002). Overtraining, under recovery, and burnout in sport. In M. Kellman (Ed.), *Enhancing recovery: Preventing underperformance in athletes* (pp. 25-35). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Grolnick, W. S. (2003). The psychology of parental control: How well-meant parenting backfires. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Gross, J. J. & Thompson, R. A. (2007). Conceptual foundations for the field. En J.J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). New York: Guilford.
- Guisinger, S. & Blatt, S. J. (1994). Individuality and relatedness: Evolution of a fundamental dialectic. *American Psychologist*, 49, 104-111.
- Hartes, S. (1983). Developmental perspectives on the self-system. En E M.. Hetherington (Ed.), *Handbook of child psychology*. Vol. 4. *Socialization, personality and social development* (4TH ed., pp. 275-386). New York: Wiley.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13, 673 – 685.
- Henderlong, J. & Lepper, M. R. (2002). The effects of praise on children's intrinsic motivation: A review and synthesis. *Psychological Bulletin*, 128, 774-795.
- Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C. & Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6ta. Ed.). México: McGraw-Hill Education.
- Hodge, K., Lonsdale, C. & Ng, J. Y. Y. (2008). Burnout in elite rugby: Relationships with basic psychological needs fulfillment. *Journal of Sports Sciences*, 26(8), 835-844.
- Hodging, H. S., Liebeskind, E. & Schwartz, W. (1996). Getting out of hot water: Facework in social predicaments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 300-314.

- Hodgins, H. S. & Liebeskind, E. (1998). Apology versus defense: Antecedents and consequences. *Journal of Experimental Social Psychology*, 39, 297-316.
- Holmbeck, G. N. (1997). Toward terminological, conceptual, and statistical clarity in the study of mediators and moderators: Examples from the child-clinical and pediatric psychology literatures. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 65(4), 599-610.
- Horn, T. S. (2002). Coaching effectiveness in the sport domain. En T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (pp. 309-354). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Horn, T. S. (2008). Coaching effectiveness in the sport domain. En T. S. Horn (Ed.), *Advance in sport psychology* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- House, R. J. A. (1971). Path-goal theory of leader effectiveness. *Administrative Science Quarterly*, 16, 321.
- Hu, L., & Bentler, P. M. (1995). Evaluating model fit. En R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling. Concepts, issues and applications* (pp. 76-99). Newbury Park, CA: Sage.
- Hull, C. L. (1943). *Principles of behavior; An introduction to behavior theory*. Oxford, England: Appleton- Century.
- Kasser, T., Ryan, R. M., Zax, M. & Sameroff, A. J. (1995). The relations of maternal and social environments to late adolescents' materialistic and prosocial values. *Developmental Psychology*, 31, 907-914.
- Kerr, M. & Stattin, H. (2000). What parents know, how they know it, and several forms of adolescent adjustment: Further support for a reinterpretation of monitoring. *Developmental Psychology*, 3, 366-380.

- Koestner, R., Lossier, G. F., Vallerand, R. J., & Carducci, D. (1996). Identified and introjected forms of political internalization: Extending self-determination theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 1025-1036.
- Koestner, R., Ryan, R.M., Bernieri, F. & Holt, K. (1984). Setting Limits on children's behavior: The differential effects of controlling versus informational styles on intrinsic motivation and creativity. *Journal of Personality*, 53, 233-248.
- Krane, V., Greenleaf, C. A. & Snow, J. (1997). Reaching for gold and the price of glory: A motivational case study of an elite gymnast. *The Sport Psychologist*, 11, 53-71.
- Lemyre, P.-N., Roberts, G. C. & Stray-Gundersen, J. (2007). Motivation, overtraining, and burnout: Can self-determined motivation predict overtraining and burnout in elite athletes? *European Journal of Sport Science*, 7(2), 115-126.
- Lepper, M. R. & Greene, D. (1975). Turning play into work: Effects of adult surveillance and extrinsic rewards on children's intrinsic motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 31, 479-486.
- Lepper, M. R., Greene, D. & Nisbett, R. E. (1973). Undermining children's intrinsic interest with extrinsic reward: A test of the "over justification" hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28, 129-1347.
- Lopez-Walle, J., Tristán, J., Cantú, A., Zamarripa, J., Cocca, A. (2013) Propiedades psicométricas de la escala de la Frustración de las necesidades Básicas en el Deporte. Presentado en el XXI Congreso Mexicano de Psicología. ISSN 0185-6073. Pág. 2038.
- Mageau, G. A. & Vallerand, R. J. (2003). The coach-athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21, 883-904.

- McNair, D., Lorr, M. & Droppleman, L. F. (1992). *Profile of Mood States manual*. San Diego, CA: Educational and Industrial Testing Service.
- Mallison, S. H., & Hill, A. P. (2011). The relationship between multidimensional perfectionism and psychological need thwarting in junior sport participants. *Psychology of Sport and Exercise, 12*, 676-684.
- Martín-Albo, J., Núñez, J. L. & Navarro, J.G. (2003). La evaluación motivacional como criterio discriminante en los deportes. *Revista Latinoamericana de Psicología, 35*(2), 139-150.
- Niemiec, C. P., Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2009). The path take: Consequences of attaining intrinsic and extrinsic aspirations in post-college life. *Journal of Research in Personality, 43*, 291-306.
- Ntoumanis, N. & Biddle, S. J. H. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Sciences, 17*, 643-665.
- Ntoumanis, N., Pensgaard, A. M., Martin, C. & Pipe, K. (2004). An idiographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *Journal of sport y Exercise Psychology, 26*, 197-214.
- Nunnally, J. (1978). *Psychometric Theory* (2nd. Ed.). New York: McGraw-Hill.
- Ommundsen, Y. & Vaglum, P. (1991). Soccer competition anxiety and enjoyment in young boy players: The influence of perspective competence and significant others' emotional involvement. *International Journal of Sport Psychology, 22*, 35-39.
- Pelletier, I. G., Fortier, M. S. Vallerand, R. J., Tuson, K.M., Briere, N. M. & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation,

- and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17, 35-53.
- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J. & Brière, N. M. (2001). Associations among perceived autonomy support, forms of self-regulation, and persistence: A prospective study. *Motivation and Emotion*, 25, 279-306.
- Pelletier, L. G., Dion, S. & Lévesque, C. (2004). Can self-determination help protect women against sociocultural influences about body image and reduce their risk of experiencing bulimic symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23, 61-88.
- Perreault, S., Gaudreau, P., Lapointe, M. C. & Lacroix, C. (2007). Does it take three to tango? Psychological need satisfaction and athlete burnout. *International Journal of Sport Psychology*, 38(4), 437-450.
- Petlichkoff, L. (1996). The dropout dilemma in youth sport. En O. Bar-Or (Ed.), *The child and adolescent athlete*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Quested, E. & Duda, J. L. (2009). The experience of well- and ill-being among elite dancer: A test of basic needs theory. *Journal of Sport Sciences*, 26(S2), S41.
- Quested, E. & Duda, J. L. (2011). Antecedents of burnout among elite dancer: A longitudinal test of basic needs theory. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 159-167.
- Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(4), 396-417.

- Raedeke, T. D. & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(4), 281-306.
- Raglin, J. S. & Wilson, G. S. (2000). Overtraining in athlete. En Y. L. Hanin (Ed)., *Emotions in sport* (pp. 191-207). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Reimer, H. A. (2007). Multidimensional model of coach leadership. En S. Jowett & D. Laval-lee (Eds.), *Social psychology in sport* (pp. 57-74). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Reinboth, M. & Duda, J. L. (2004). The motivational climate, perceived ability, and athletes psychological and physical well-being. *The Sport Psychologist*, 18, 237-251.
- Reinboth, M. & Duda, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 269-286.
- Reinboth, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2004). Dimensions of coaching behavior, need satisfaction, and the psychological and physical welfare of Young athletes. *Motivation and Emotion*, 28(3), 297-313.
- Reeve, J. & Jang, H. (2006). What teachers say and do to support student's autonomy during a learning activity. *Journal of Educational Psychology*, 98, 209-218.
- Rosenberg, E. L. (1998). Levels of analysis and the organization of affect review of General. *Psychology*, 2(3), 247-270.

- Ryan, R. M. (1982). Control and information in the interpersonal sphere: An extension of cognitive evaluation theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 43, 450-461.
- Ryan, R. M. (1991). The nature of the self in autonomy and relatedness. En J. Strauss y G.R. Goethals (Eds.), *The self: Interdisciplinary approaches* (pp.208-238). New York: Springer-Verlag.
- Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy and the self in psychological development. En J. Jacobs (Ed.), *Nebraska symposium on motivation: Developmental perspectives on motivation* (Vol. 40, pp. 1 – 56). Lincoln NE: University of Nebraska Press.
- Ryan, R. M. (1995). Psychological needs and the facilitation of integrative processes. *Journal of Personality*, 63, 397-427.
- Ryan, J. (1996). *Little girls in pretty boxes: The making and breaking of elite gymnasts and figure skaters*. London: The Women's Press.
- Ryan, R. M. & Connell, J. P. (1989). Perceived locus of causality and internalization: Examining reasons for acting in two domains. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 749-761.
- Ryan, R.M., Connell, J.P. & Grolnick, W.S. (1990). When achievement is not intrinsically motivated: A theory of self-regulation in school. En A.K. Boggiano & T.S. Pittman (Eds.), *Achievement and motivation: A social-development perspective*. New York: Cambridge University Press.

- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000a). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25, 54-67.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000b). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2002). An overview of self-determination theory: an organismic dialectic perspective. En E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research*. Rochester: The University of Rochester Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. (2007). Active human nature: Self-determination theory and the promotion, and maintenance of sport, exercise and health. En M. S. Hagger & N. L. D. Chatzisarantis (Eds.), *Intrinsic motivation and self-determination in sport and exercise* (pp. 1-22). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S. & La Guardia, J. G. (2006). The significance of autonomy and autonomy support in psychological development and psychopathology, En D. Cicchetti & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental psychopathology: Theory and method* 2nd ed., (pp. 795-849). New Jersey: John Wiley and Sons.
- Ryan, R. M. & Frederick, C.M. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65, 529-565.
- Ryan, R. M. & Lynch, J. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60, 340-356.

- Ryan, R. M., Mims, V. & Koestner, R. (1983). The relation of Reward Contingency and Interpersonal Context to Intrinsic Motivation: A review and test using cognitive evaluation Theory. *Journal of Personality and Social Psychology*. 45(4), 736-750.
- Ryan, R.M., Stiller, J. & Lynch, J. H. (1994). Representations of relationships to teachers. Parents and friends as predictors of academic motivation and self-esteem. *Journal of Early Adolescence*, 14, 226-249.
- Ryan, R. M. , Vallerand, R. J. & Deci, E. L.(1984). Intrinsic motivation in sport: A cognitive evaluation theory interpretation. En W. Straub. & J. Williams (Eds.), *Cognitive sport psychology* (pp.231-242). Lansing, NY: Sport Science Associates.
- Sandín, B., Chorot, P., Lostao, L., Joiner, T.E., Santed, M. A., & Valiente, R. M. (1999). Escala PANAS de afecto positive y negative: Validación factorial y convergencia transcultural. *Psicothema*, 11, 37-51.
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness*. San Francisco: Freeman.
- Self-Determination Theory. (2014). *Formal Theory: SDT's Six Mini-Theories*. Recuperado de <http://www.selfdeterminationtheory.org/theory/>
- Scalan, T. K., Stein, G. L. & Ravizza, K. (1991). An in-depth study of former elite figure skaters-part 3: Sources of stress. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 103-120.
- Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport Psychology*, 8, 36-50.
- Smith, W. E. (1975). The effect of anticipated vs. unanticipated social reward on subsequent intrinsic motivation. Tesis no publicada, Cornell University.

- Smoll, F. L. & Smith, R. E. (2002). Coaching behavior research and intervention in youth sports. En F. L. Smoll & R. E. Smith (Eds.), *Children and youth in sport: A biopsychosocial perspective* (2nd ed., pp. 211-233). Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- Sundgot-Borgen, J. & Torstveit, M.K. (2004). Prevalence of eating disorders in elite athletes is higher than in the general population. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 14, 25-32.
- Steinger, J. H. & Lind, J. C. (1980). Statistically-based tests for the number of common factors. Paper presented at the annual meeting of the Psychometric Society, Iowa City, Iowa.
- Stebbing, J., Taylor, I. M., Spray, C. M. & Ntoumanis, N. (2012). Antecedents of perceived coach interpersonal behaviors: the coaching environment and coach psychological well- and ill-being. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 34, 481-502.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2007). Experimental design using ANOVA. Belmont, CA: Thomson Higher Education.
- Theberge, N. (2008). "Just a normal bad part of what I do": Elite athletes' accounts of the relationship between health and sport. *Sociology of Sport Journal*, 25, 206-222.
- Thøgersen-Ntoumani, C. & Ntoumanis, N. (2007). A self-determination theory Approach to the study of body Image Concerns, self-presentation and self-perception in a sample of aerobics instructor. *School of Sport and Exercise Sciences*, (pp. 1-36). University of Birmingham, UK.

- Torregrosa, M.; Cruz, J.; Sousa, C.; Vildarich, C.; Villamarín, F.; Garcia-Mas, A. & Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 227-237.
- Tristan, J., Barbosa, A., Gonzalez, A., Ceballos, O., & Tomas, I. (2015). Estilos Interpersonales del entrenador y burnout en futbolistas. Estudio longitudinal. Universidad de Santiago de Compostela, España.
- Tristán, J., López-Walle, J., Cantú-Berrueto, A., Zamarripa, J. y Sánchez, A. (2013). Perception of athletes on the amount of corrective feedback and the coach controlling style. *The ISSP 13th World Congress of Sport Psychology*. p. 278 Beijing, China.
- Tristán, J., Segura, G., Magaña, H., y López-Walle, J. (2012). Propiedades psicométricas de la Escala de conductas controladoras del entrenador. *Revista de Ciencias del Ejercicio FOD*, 7, S41-S42.
- Tristán, J. López-Walle, Ríos, Aguirre-Gurrola, Balaguer & Duda, (2014). Estilo controlador del entrenador frustración de las necesidades psicológicas básicas y el bienestar y malestar en jugadores universitarios mexicanos. *Journal of sport & Exercise psychology*. Minneapolis, Minnesota
- Udry, E., Gould, D., Bridges, D. & Tuffey, S. (1997). People helping people? Examining the social ties of athletes coping with burnout and injury stress. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19, 368-395.
- Van den Broeck, A., Vansteenkiste, M., De Witte, H., Soenens, B. & Lens, W. (2010). Capturing autonomy, competence, and relatedness at work: Construction and

- initial validation of the Work-related Basic Need Satisfaction Scale. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 83(4), 981-1002.
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En: M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*: Vol. 29 (pp. 271-360). New York: Academic Press.
- Vallerand, R. J., Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1987). Intrinsic motivation in sport. En K. B. Pandolf (Ed.), *Exercise and sport sciences reviews* (Vol. 15, pp. 389-425). New York: Macmillan.
- Vallerand, R. J. & Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11, 142-169.
- Vallerand, R. J., Pelletier, L. G. & Koestner, R. (2008). Reflections on self-determination theory. *Canadian Psychology*, 49, 257-262.
- Vallerand, R. J. & Reid, G. (1990). Motivation and special population; Theory, research, and implications regarding motor behavior. En G. Reid (Ed.), *Problems in motor control* (pp. 159-197). New York: North Holland.
- Vallerand, R.J. & Rousseau, F. (2001). Intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise: A review using the hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C.M. Janell (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 389-416). New York: John Wiley.
- Watson, D. & Clark, L. A. (1984). Negative Affectivity: The disposition to experience aversive emotional states. *Psychological Bulletin*, 96, 465-490.

- Watson, D., Clark, L.A. & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Watson, D. & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98, 219-235.
- Watson, D., Wiese, D., Vaidya, J. & Tellegen, A. (1999). The two general activation systems of affect: Structural findings, evolutionary considerations and psychobiological evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 820-838.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness and hedonic enjoyment. *Journal of personality and Social Psychology*, 64, 678-691.
- Watzlawick, P., Beavin, J. B. & Jackson, D. (1967). *Pragmatics of human communication. A study of International Patterns, Pathologies, and Paradoxes*. London: Norton.
- White, R. W. (1959). Motivation reconsidered: The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297 – 333.
- Windle, M. (1992). Temperament and social support in adolescence: Interrelations with depression and delinquent behavior. *Journal of Youth and Adolescence*, 21, 1-21.
- Wheaton, B., Muthén, B., Alwin, D. & Summers, G. (1977). Assessing reliability and stability in panel models. In D. R. Heise (Ed.), *Sociological Methodology 1977* (pp. 84-136). San Francisco: Jossey-Bass.

Zajonc, R. B. (1980). Feeling and thinking. Preferences need no inferences. *American Psychologist*, 35, 151-175.

